

**Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta**

Katedra výtvarné výchovy

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

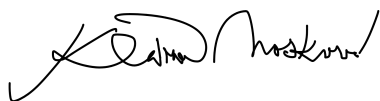
Potenciál výtvarné tvorby pro seniory  
Art work potential for seniors

Bc. Klára Nosková

Vedoucí práce: PhDr. Věra Uhl Skřivanová, Ph.D.  
Studijní program: Učitelství pro střední školy (N7504)  
Studijní obor: N PG-VV (7504T223, 7504T228)

Odevzdáním této diplomové práce na téma Potenciál výtvarné tvorby pro seniory potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 30.6. 2019

Handwritten signature in black ink, appearing to read 'Klára Prosková'.

Mé poděkování patří PhDr. Věře Uhl Skřivanové, Ph.D. za vstřícný přístup a cenné rady při vedení diplomové práce a účastníkům výzkumné sondy za milé přijetí a spolupráci.

## **ABSTRAKT**

Diplomová práce je věnována tématu potenciálu výtvarné tvorby pro seniory. Cílem teoretické části práce je vymezit základní teoretická východiska týkající se seniorské populace a ve stručnosti seznámit s možnostmi a specifiky vzdělávání seniorů. Práce se ve stručnosti zabývá i současným stavem edukace seniorů na poli výtvarného umění a výtvarné tvorby. Cílem empirické části je provázet téma seniorů s výtvarným uměním a prezentovat výzkumnou sondu, která přímo zkoumala výtvarnou tvorbu seniorů, jejichž osobnosti jsou pak blíže představeny díky vlastní tvorbě.

V diplomové práci jsou nastíněna teoretická východiska o seniorské populaci a jejich edukaci v obecné rovině, blíže jsou pak senioři představeni díky autorské tvorbě. Ta se týká náhledu do konkrétního prostředí jednotlivých seniorů, kteří jsou účastníky výzkumné sondy.

Těžiště diplomové práce leží v kvalitativním výzkumném šetření, které se týká výtvarné tvorby seniorů na základě přímé spolupráce s jednotlivými osobami. Pro vyhodnocení dat je využito metody otevřeného kódování. Jako hlavní cíl výzkumu bylo stanoveno zmapovat konkrétní osobnosti seniorů a nalézt specifika jejich výtvarného projevu. Výzkumné nálezy byly shrnuty do závěrečné zprávy. Výsledky výzkumné sondy mohou pomoci ve zlepšení přístupu a ulehčení práce se seniory v oblasti výtvarné tvorby.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

Sociální výtvarná pedagogika, tvorba jako sebepoznávání, sociální interakce, senioři, mezigenerační porozumění, motivace, začleňování do společnosti.

## **ABSTRACT**

This Thesis is dedicated to potential of art education for seniors. The goal of theoretical part of work is to establish basic theoretical basis of senior population, and generally introduce possible specifics of senior education. The Thesis briefly explores the current state of senior education in the field of art education and art creativity. The goal of empirical part is to follow a topic of seniors with art education and to present a research probe, that directly examines the artistic creations of seniors, who's personalities are more closely introduced thanks to own artistic creativity.

The Thesis outlines theoretical bases about senior population and their education in general, seniors are introduced more closely through own original creation. The creation is related to outlook into specific setting of individual seniors who are part of the research probe.

In the core of the Thesis is the qualitative research investigation of artistic creativity of seniors with direct cooperation with individual people. Method of open coding was used to evaluate the data. The main goal of the investigation was to map particular personalities of seniors and find specifics of their artistic expression. Investigative findings were summarized in final report. The results of the research probe may assist in improved approach and ease the work with seniors in the area of artistic creativity.

## **KEYWORDS**

Social art education, creativity as self-recognition, social interactions, seniors, intergeneration understanding, motivation, incorporation into society.

## OBSAH

<b>ÚVOD .....</b>	<b>9</b>
Inspirační východiska diplomové práce .....	10
<b>TEORETICKÁ ČÁST</b>	
<b>ÚVOD .....</b>	<b>13</b>
1. TEORETICKÉ UKOTVENÍ SENIORSKÉHO VĚKU, PERIODIZACE A DEFINICE STÁŘÍ .....	14
2. SOCIÁLNÍ PEDAGOGIKA A SOCIÁLNÍ PRÁCE SE ZAMĚŘENÍM NA SENIORY .....	18
2.1 Demografický vývoj v Evropě .....	20
2.2 Mýty o stáří .....	22
2.3 Mezigenerační porozumění .....	24
2.4 Reminiscence v práci se seniory .....	27
3. GERONTAGOGIKA .....	31
Výchova a vzdělání ve stáří? .....	33
4. STÁŘÍ A EDUKACE .....	36
4.1 Nabídka vzdělání pro seniory a volnočasové aktivity .....	37
4.2 Specifika seniorského věku .....	41
4.3. Specifika vzdělávání a učení v seniorském věku, komunikace .....	43
4.4. Motivace a cíle ve vzdělávání seniorů .....	46
5. VÝTVARNÁ VÝCHOVA A SENIOŘI .....	50
5.1 Současná výtvarná výchova .....	51
5.2 Terapeutické aspekty výtvarné výchovy .....	54
5.2.1 Artefiletika .....	55
5.2.2 Arteterapie .....	57
<b>EMPIRICKÁ ČÁST</b>	
<b>ÚVOD .....</b>	<b>59</b>
1. STÁŘÍ V SOUČASNÉM UMĚNÍ .....	60
1.1 Kateřina Šedá .....	60
1.2 Petr Nikl .....	62
1.3 Roman Týc .....	63

1.4 Anna Hulačová .....	64
1.5 Michaela Pospíšilová Králová .....	66
2. ZNÁMÁ MÍSTA .....	67
2.1 Osobní anamnéza .....	67
2.2 Výtvarný úkol .....	69
2.3 Fáze výtvarné činnosti .....	70
2.4 Proces a podrobnější analýza tvorby .....	71
Zahrada I., Zahrada II. ....	71
Rodinné setkání, výlet .....	75
Rybník .....	77
Útržky vzpomínek .....	78
Rodinný dům .....	79
Krajina .....	81
2.5 Shrnutí, Reflexe .....	83
3. VÝTVARNÝ DENÍK .....	90
3.1 Osobní anamnéza .....	90
3.2 Výtvarný úkol .....	91
3.3 Fáze výtvarné činnosti .....	92
3.4 Proces a podrobnější analýza tvorby .....	93
Snídaně, Lodka, Zahrada, Váza, Dům sousedů, Pouť .....	93
Motýl .....	96
Kostel .....	97
Mozaika .....	98
Abstrakce .....	99
3.5 Shrnutí, Reflexe .....	100
4. Z MINULOSTI DO SOUČASNOSTI .....	107
4.1 Osobní anamnéza .....	107
4.2 Výtvarný úkol .....	108
4.3 Fáze výtvarné činnosti .....	109
4.4 Proces a podrobnější analýza tvorby .....	110
Jezero .....	110

Lavička, Cesta .....	111
Horizont I. ....	113
Horizont II. ....	115
Střechy .....	116
Náměstí .....	117
Abstrakce .....	119
4.5 Shrnutí, reflexe .....	120
5. ZAKONZERVOVÁNO V ČASE – autorská tvorba .....	127
Květa .....	129
Karel .....	130
Helena .....	131
6. VÝSLEDKY .....	132
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>136</b>
<b>Seznam použitých informačních zdrojů .....</b>	<b>138</b>



## ÚVOD

Diplomová práce se zaměřuje na uměleckou edukaci ve vztahu k seniorům. Výtvarná výchova, potažmo výtvarná tvorba může být celoživotním zájmem a stejně jako v dětském věku, i v tom seniorském má jistě své zastoupení. Výtvarná edukace se neustále vyvíjí, a to v závislosti na současné umělecké scéně, která je obzvláště dnes velmi dynamická. Také proto je v práci zahrnuta výzkumná sonda o využití výtvarné edukace a tvorby v seniorské populaci.

Téma je vybráno mimo jiné s ohledem na osobní zkušenost se seniory v rámci práce osobní asistentky seniorů a aktivizační pracovnice. Oblast sociální práce, konkrétně práce s těmito lidmi je důležitá problematika. V současnosti naše populace stárne a je důležité, aby každý měl možnost na plnohodnotné prožití stáří, během kterého by se mohl stále dál v určitých oblastech rozvíjet. Tuto věkovou kategorii dnes nelze přehlížet a měla by se jí věnovat větší pozornost.

Teoretická část práce se zaměřuje na základní charakteristiku seniorské populace, na specifika tohoto věku a tím pádem také specifika vzdělávání lidí v tomto věku. S tím souvisí i problematika sociální práce a mezigeneračního porozumění, která je rovněž stručně specifikována. Dále se tato část práce více zaměřuje na potenciál výtvarné edukace a tvorby pro tuto věkovou skupinu. Zvláštní pozornost je věnována terapeutickým aspektům výtvarné výchovy, na které je práce zaměřená i v další části.

V části empirické je představená případová studie vybraných seniorů. U těchto lidí jsou blíže specifikovány jejich charakteristiky jako například věk, pohlaví, popř. omezení, které mohou mít na výtvarnou tvorbu vliv. Dále se uvádí také předešlá zkušenost s výtvarnou tvorbou a světem umění atd. Na základě nastudování výše popsané problematiky, týkající se specifik této věkové skupiny a specifik soudobého pojetí výtvarné edukace, byly vybrány pro seniory výtvarné činnosti.

V poslední části práce je zařazena autorská výtvarná tvorba, která podtrhuje jednotlivé charakteristiky a jedinečnost vybraných seniorů a také místo, ve kterém se nachází a žijí. Skrze tuto tvorbu je názorně přiblíženo prostředí seniorů, ale i zdokumentované drobné detaily z jejich života, které vykreslují jejich životní styl a osobnost.

## **Inspirační východiska diplomové práce**

### Vlastní zkušenost – práce osobní asistentky

Jedním z důvodů pro výběr tématu byla samotná praxe mezi lidmi seniorského věku. Práce asistentů seniorů, popř. pečovatelů je dnes důležitou součástí péče o seniory. Trendem je, aby starý člověk mohl setrvávat co nejdéle ve vlastním, domácím prostředí. Vzhledem k vysokému věku, souvisejícím s prodlužujícím se věkem dožití, je nutné počítat se spoustou omezení, jak fyzických, tak psychických. Mnoho lidí tak není schopno pobývat v domácím prostředí samostatně, bez pomoci druhých. Vzhledem k pracovnímu zatížení dalších rodinných příslušníků, či jejich neochotě pomoci nebo i jejich úplné absenci je ale potřeba pomoc zvenčí. Díky práci asistentů seniorů či pečovatelů atd. lze dosáhnout zlepšování kvality života lidí v seniorském věku. Je možné pomoci jim rozvíjet se v oblastech, které je zajímaly během života, popřípadě jim nabízet nové podněty, díky kterým mohou plnohodnotněji strávit volný čas a udržovat je déle v aktivním věku.

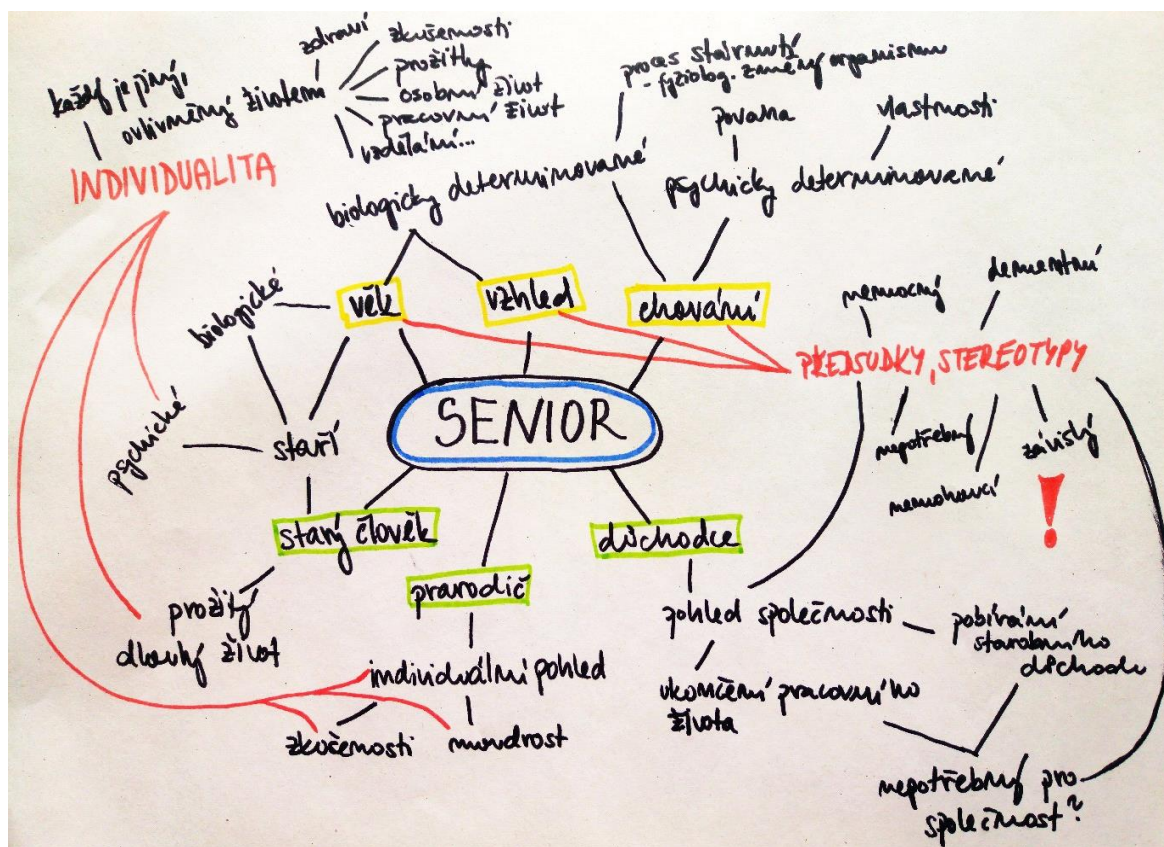
### Pohled společnosti na stáří – předsudky, stereotypy

Současný pohled na stáří je zatížen mnoha mýty, předsudky a stereotypy. Staří jedinci jsou vnímáni spíše jako nedůležití a zatěžující majoritní společnost. Z pohledu většiny lidí, kteří jsou společností vedeni k co největší soběstačnosti, senioři zůstávají opomíjeni. Lze mluvit o pojmech jako ageismus, pojmech jako postproduktivní věk evokující zbytečnost atd. Cílem kapitoly, která se tomuto níže věnuje nicméně není toto detailně rozebírat. Jde spíše o poukázání na problematiku vnímání neschopnosti seniorů. I starý člověk má a měl své zájmy, které je potřeba stále rozvíjet a neztrácet o ně zájem v seniorském věku. Setkávání se s lidmi tohoto věku a sledování reakcí společnosti na ně bylo jedním z inspirativních hledisek pro sepsání této práce a bylo nutné prostudovat blíže a z odborných pramenů pohled majoritní společnosti na stáří a seniorskou populaci, která zahrnuje právě i výše zmíněné mýty a předsudky.

### Výtvarně pedagogická východiska

Dalším inspiračním východiskem je samozřejmě i pohled na tuto problematiku z hlediska výtvarně-pedagogického. Vzdělávání seniorů je dnes věc, které je věnovaná větší a větší

pozornost. Lze mluvit o univerzitách třetího věku, vzrůstu počtu různých klubů pro seniory, kde jsou zahrnuty i vzdělávací kurzy atd. Pole výtvarné výchovy, konkrétně zaměřené na seniory, je však poměrně neprobádané. Výtvarné aktivity se využívají spíše jako doplňková činnost, jako zpestření různých aktivit atp., ne ale jako hlavní prostředek pro soustavný rozvoj.



Tato myšlenková mapa ukazuje asociace k pojmu senior. Kdo je vlastně senior, jak tento pojem definovat a co všechno se k němu váže? Myšlenková mapa byla vytvořená ještě před hlubším prozkoumáním teoretických pramenů. Mapa rozvíjí, co evokuje slovo senior a s ním související pojmy a z čeho tyto pojmy vlastně vznikly. Kdo především tyto pojmy užívá a co se pod nimi skrývá?

Slovo senior například může být vnímáno jako označení pro toho samého člověka, kterého bychom označili jako důchodce. Stejně tak ale může pojmenovávat toho samého člověka, kterého někdo označí za prarodiče. Zajímavé je, že s oběma pojmy se pak lišily další asociace. Zatímco prarodič evokuje někoho, ke komu máme vztah, vnímáme jeho prožitý život a moudrost, slovo důchodce nám evokuje spíše někoho starého, kdo už nepracuje, pobírá

starobní důchod a společnost ho může vnímat spíše jako zátěž. Už jen z této myšlenkové mapy, která sloužila pouze jako prvotní náhled na pojem senior je patrné, jak důležité je k seniorům individuálně přistupovat a nevnímat je jako celistvou masu se stejnými charakteristikami.

## TEORETICKÁ ČÁST

### ÚVOD

V teoretické části je nastíněna seniorská populace, jak z obecného hlediska, tak z hlediska gerontagogiky a sociální pedagogiky. Od shrnutí základních informací týkajících se toho, koho lze vůbec považovat za seniora, přes demografický vývoj v Evropě až po edukaci seniorů. V závěru tato část rovněž pojednává konkrétně o výtvarné výchově ve vztahu k seniorům a jejích terapeutických aspektech.

Obecné informace na začátku jsou podstatné pro hlubší pochopení celkové problematiky týkající se seniorské populace jako naléhavého tématu současné doby.

Problematiku je dále nutné více ukotvit a shrnout základní body, protože práce se starými lidmi má řadu specifik, na které je nutné brát při práci s nimi ohled. Specifika jsou jak v samotném přístupu a komunikaci, tak poté i při edukaci. I když je práce se seniory velmi individuální a nelze ke všem lidem vyššího věku přistupovat zcela stejně, i přesto existují principy dorozumívání a spolupráce, které jsou si podobné, a se kterými je pak dobré k seniorům přistupovat.

Kapitola o výtvarné výchově celou teoretickou část uzavírá a blíže pojednává o tom, jak může být právě výtvarná výchova a tvorba prospěšná pro současnou generaci seniorů. Zároveň tím otevírá cestu pro další část práce, která představuje výzkumnou sondu zkoumající výhody výtvarné tvorby přímo v praxi.

## 1. TEORETICKÉ UKOTVENÍ SENIORSKÉHO VĚKU, PERIODIZACE A DEFINICE STÁŘÍ

V úplném začátku je potřeba nejprve si stanovit, kdo je vůbec senior, kdy už lze hovořit o stáří a starém člověku. Stárnutí je velmi individuální záležitost. Můžeme mluvit o stáří fyzickém, mentálním, nebo kalendářním, přičemž typy tohoto stárnutí neprobíhají současně. Na asynchronní průběh stárnutí upozorňuje například Pacovský (1990), který toto vnímá jako jednu z hlavních charakteristik. Dnes se navíc stále prodlužuje doba života. Zatímco v minulosti byl někdo kolem čtyřiceti let uznávaným stařešinou, my vnímáme člověka tohoto věku jako někoho, kdo je stále v produktivním věku, teprve zhruba v půli života. Dokonce i Langmeier a Krejčířová (2006) ve své publikaci uvádějí, že hranice stáří je obvykle udávána rokem šedesát pět, ale současná gerontologie se zabývá spíše až lidmi od roku sedmdesáti pěti let.

Jak tedy vlastně definovat stáří a kdo už je senior? Definic existuje mnoho, zde jsou vybrané ty, které slouží k poukázání na to, jak složité je něco jako stáří vymezit s ohledem na individualitu této fáze života.

Na začátek je pro větší přehlednost uvedena periodizace stáří. Jak už je zmíněno, i ta se různí, ale v současnosti se často uvádí rozdělení stáří, které navrhla Bernice L. Neugartenová. Neugarterová byla americká psycholožka, která se specializovala právě na dospělost a stáří a která navrhla pojmy *young old* (mladí senioři) a *old old* (staří senioři). Z tohoto je odvozeno současné orientační členění, které uvádí například i publikace Benešové (2014), nebo Štěpankové a Smékalové (2015):

- **65 – 74 let mladí senioři** (problematika odchodu do důchodu, volného času, seberealizace)
- **75 – 84 staří senioři** (problematika adaptace, změna zdatnosti, specifického průběhu chorob)
- **85 a více let velmi staří senioři** (problematika zabezpečení, soběstačnosti)

Periodizací věku existuje samozřejmě více, například na starší věk, pravé stáří, dlouhověkost, nebo rané stáří, ustálené stáří, kmetské období atd. Dále také existuje rozdělení na *třetí* a *čtvrtý* věk, který je znám i laické veřejnosti zejména díky Univerzitám třetího věku. Výše

uvedená periodizace je nicméně pro účely diplomové práce dostačující a shrnující vše podstatné s ohledem na různorodost stáří.

Nyní, když už je ukotvená věková hranice oddělující stáří a jeho jednotlivé fáze, lze přejít k definicím stáří a stárnutí.

Mühlpachr (2008) pojímá stárnutí jako poslední fázi ontogeneze, v níž převládají nezvratné regresivní změny a involuční procesy. Je to podle něj přirozený průběh lidského života, který je podmiňován genetickými a dalšími faktory (choroby, životní styl, životní podmínky atd.). Dále uvádí, že stáří je spojeno také s množstvím sociálních změn, které se vzájemně prolínají, i když jsou mnohé z nich protikladné. Sociální aspekt stárnutí pak dále rozvádí a uvádí konkrétní problémy se změnou sociálních rolí a změn.

Langmeier a Krejčířová (2006) definují stáří jako souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, kvůli které je poté jedinec více zranitelný. S tím souvisí také pokles schopností a výkonnosti člověka. Toto pak kulminuje v terminálním stádiu a smrti. Fyzickému stárnutí podléhají všechny tkáně, nervy a buňky, přičemž biologické změny jsou podle nich nápadné. Dále se zabývají degenerativními jednotlivostmi a teoriemi o působení zevních a vnitřních vlivů, jako jsou ekologické podmínky, vlivy bakterií, genetika atd. Nemoci podle nich stárnutí urychlují, stejně tak jako životní styl jedince (nesprávná výživa, kouření, alkohol). Věkovou hranici člověka jakožto samostatného druhu uvádějí 125 let, kterou ale většina případů nesplňuje a smrt je navozena mnohem dříve vinou onemocnění a úrazů, nikoliv přirozeně.

V této definici je vidět, že autoři se zabývají hodně biologickou stránkou stárnutí, spíše než sociální, jako to činí ve své definici Mühlpachr. Právě sociální stránka ale může mít také svou nezastupitelnou roli, protože sociální změny se mohou na zdraví člověka velmi odrážet a zlepšovat, nebo zhoršovat jeho kvalitu.

Zajímavou definici uvádí např. také Alan (1989) v publikaci o etapách života z pohledu sociologie, který upozorňuje na to, že stáří je nutno rozlišovat také z pohledu jedince a z pohledu populace. V ohledu na Alana je nutné opět zmínit Langmeiera s Krejčířovou, kteří tvrdí, že člověk je starý tehdy, označí-li ho za starého společnost. Zde se tedy také narazí na různorodost jednotlivých definicí, kdy každý autor nachází na stáří nové pohledy a způsoby, jak ho vymezit.

Tímto se lze dostat opět k tomu, že stárnutí je individuální a odráží se na něm mnoho faktorů. Právě proto ani nelze najít jednu jedinou uspokojující definici stáří, která by postihovala všechny specifiky.

Následně jsou rozvedeny faktory, které se na stáří a stárnutí podílejí, protože i to je důležité zohlednit ve výzkumné části práce.

Na pomoc se lze podívat na některé teorie, které uvádí Mühlpachr (2014). Jedná se o teorie, které se snaží vymezit jednotlivé rozdíly v biologickém stárnutí, které odpovídá více, než stáří kalendářní. Jak už je zmíněno, míra rozdílů v involučních změnách u lidí stejného kalendářního věku, je často značně odlišná. I proto existuje opět mnoho teorií, které se tímto zabývají. Pro potřeby diplomové práce jsou vybrány následující.

Jedna z nejznámějších teorií je Teorie rozštěpu buněk, kdy omezená funkce buněk je zapříčiněna tzv. telomerou, což je poslední část jednoho z chromozomů. Ta odumírá pokaždé, kdy dojde k dělení buněk, proto poté dochází k zániku.

Další teorií je teorie zabývající se volnými radikály. Ta řeší genetiku a prostředí, kdy působení volných radikálů zapříčiňuje vznik onemocnění a stárnutí.

Spousta teorií se také zabývá pozorováním způsobu života, kam spadá prostředí, kde žijeme, strava a tělesná aktivita. Jak se ale ukazuje, každý člověk, který se dožil vysokého věku uvádí odlišné „recepty“ na dlouhověkost, žije v odlišném prostředí a měl odlišný způsob života. Tyto teorie tedy nejsou víceméně uspokojivě odborně potvrzeny. Faktory, jako strava nebo pohyb, mají na stárnutí jistě vliv, ale v jaké míře není jasné. Na dlouhověkosti se také do určité míry může podílet stupeň kvality medicíny, která dnes v určitých oblastech stáří odvrací a lidé se tak dožívají stále vyššího věku.

Z výše uvedených teorií vyplývá, že ani zde není možné dobrat se k jednomu výsledku. Jak bude patrné z výzkumu, i mezi zkoumanými osobami jsou rozdíly ve věku biologickém a kalendářním, což jenom potvrzuje tolik potřebný individuální přístup k seniorům.



## **Shrnutí**

V první kapitole je nastíněna a stručně vymezena věková kategorii seniorů pomocí vybraných definic. Tato kapitola měla mimo jiné poukázat na to, že někdy může být obtížné říct, kdo už je vlastně starý a kdo ještě ne. Někteří lidé mohou svým věkem zarazit, když lidé vidé jejich vitalitu a energii. Proto jsou zde poukázané jednotlivé rozdíly, které v tomto věkovém období nastávají. Také je zde naznačená mnohost členění stáří a stárnutí, která je v případě této věkové kategorie nezbytná.

Tyto aspekty, které vyplývají z výše uvedených informací jsou podstatné v přístupu k lidem seniorského věku, se kterými člověk jedná a přichází do styku.

## **2. SOCIÁLNÍ PEDAGOGIKA A SOCIÁLNÍ PRÁCE SE ZAMĚŘENÍM NA SENIORY**

Pro hlubší porozumění práce se seniorskou populací je nutno blíže se zabývat sociální pedagogikou a sociální prací se zaměřením na seniory. Blížší prostudování sociální pedagogiky bylo nutné zejména z hlediska vzdělávacího a oblast sociální práce je přiblížena už z důvodu, že právě práce se seniory přímo v praxi je těžištěm výzkumné části. Níže jsou tedy obě disciplíny stručně charakterizovány.

Sociální pedagogiku můžeme vymezit podle Krause, Poláčkové et al. (2001) jako obor, který se zabývá činnostmi, jimiž předcházíme nebo minimalizujeme problémy jedinců nebo skupin. Cílem je utvářet optimální životní způsob. Je to obor multidisciplinární, tudíž má blízko k sociologii, psychologii, k některým medicínským oborům, jako je psychiatrie, geriatric, sociální lékařství atd. Vychází také z filosofie, ekonomie, právních disciplín, politologie, teologie a jiných společenských disciplín. Nejblíže k sociální pedagogice má sociální práce, které je věnována kapitola níže. Jedním z přístupů v pojetí sociální pedagogiky, o kterém hovoří Bakošová (2011, s. 24), je sociální pedagogika jako životní pomoc, jejímž cílem je poskytovat pomoc nejen dětem a mládeži, ale také dospělým, přičemž sem spadá i kategorie seniorů.

Jak již napovídá název, sociální pedagogika se problémy snaží odstraňovat zejména pedagogickým působením. Zde lze hovořit o kompenzaci, nebo také profylaxi, jak o ní mluví (Průcha, Walterová, Mareš, 2009, s. 735). Kompenzaci vymezují jako výchovné působení na oblast potřeb a jejich uspokojování.

Při zaměření na seniorskou populaci, díky sociální pedagogice lze pomocí různých aktivit dopomoci starým lidem k lepšímu zvládnutí životní situace, která vyplývá z jejich věku a s ním spojených omezení. Díky neustálému rozvíjení a působení na jejich psychickou stránku lze tedy docílit zkvalitnění a zlepšení jejich životní úrovně.

Nedílnou součástí sociální pedagogiky je obor sociální práce. Obě disciplíny mají mnoho společného, nicméně sociální práce je zaměřena z valné většiny přímo do praxe, zatímco sociální pedagogika má širší teoretickou platformu. Prvky sociální práce můžeme nalézt na bázi solidarity a úcty už v pravěku či od dob starověkého Řecka, to však není podstatné rozvádět. Pozornost je zaměřena především na současné využití tohoto oboru v práci se seniory. K lepšímu porozumění slouží níže uvedené definice.

V definici od Matouška (2008), který vymezuje sociální práci jako společenskovední disciplínu a oblast praktické činnosti, jejímž cílem je zmírňování a řešení sociálních problémů, je zajímavá především poslední část. Matoušek uvádí, že sociální práce nalézá své uplatnění také u klientů, kteří se již nemohou v plné míře společensky uplatnit a sociální práce u nich může podporovat co nejdůstojnější způsob života.

Pokud je řeč o lidech v seniorském věku, kteří již mohou být určitými způsoby indisponováni, ať už z fyzického, psychického nebo i sociálního hlediska, které je neméně časté, sociální práce je nezastupitelnou disciplínou, jak zlepšovat jejich situaci a celkově způsob života. Díky sociální práci můžeme u klientů rozvíjet schopnost adaptovat se, vyvíjet se a řešit nároky každodenního života. V neposlední řadě je nutné zmínit i to, že jedním z cílů tohoto oboru je také zprostředkování kontaktu s různými agenturami, které rovněž mohou dopomoci ke zlepšení životní úrovně.

## 2.1 Demografický vývoj v Evropě

Proč je nutné zaměřit pozornost celkově na populaci v Evropě, zejména v České republice? Je to důležité proto, aby bylo možno poukázat na potřebu věnovat se ve větší míře seniorské populaci, která stále vzrůstá.

Podíl na charakteristice seniorské populace má mnoho faktorů, které zde již není nutné podrobně rozebírat. Na úvod stačí pouze krátká charakteristika. Jak uvádí Petřková a Čorníčová (2004, s. 28) podíl na heterogenitě populace je závislý na involučních biologických změnách stejně jako psychologický kontext života, do kterého spadají životní události, zkušenosti a samozřejmě také aspekt sociální. Do toho spadá např. kariéra, hodnotový systém, sociální zázemí atd.

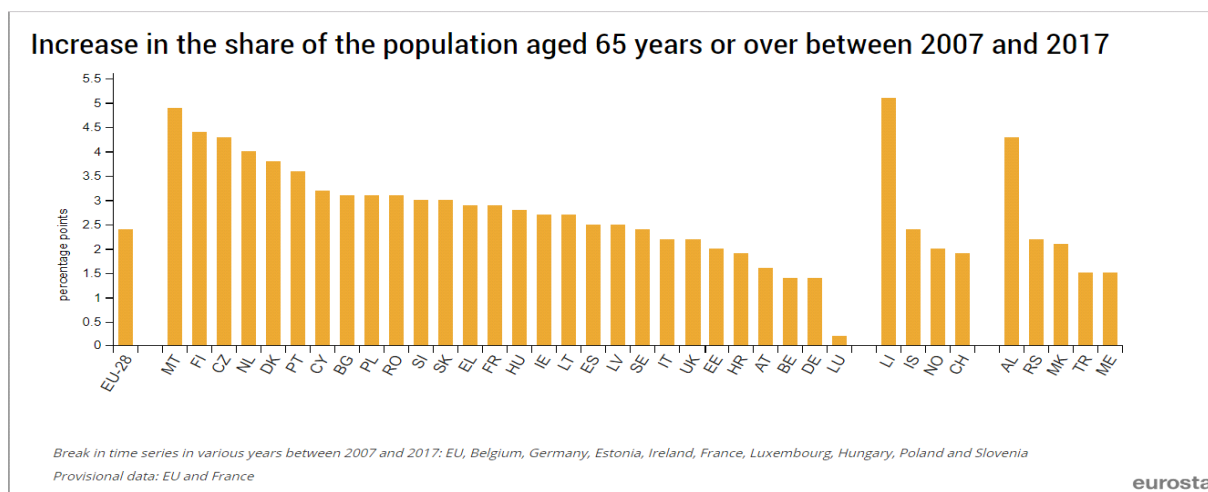
Na základě údajů z Českého statistického úřadu vzešly poznatky, že podíl osob starších 65 let se za posledních deset let zvýšil, vzrostl také index stárí, který v roce 2011 dosahoval hodnoty 110. V populaci seniorů převažují ženy, většinou vdovy.

Index stárí je konstruován jako poměr počtu obyvatel ve věku 65 a více let k počtu obyvatel ve věku 0–14 let. Hodnota 110 tedy znamená, že na 110 osob starších 65 let připadalo 100 osob ve věku 0–14 let. To činí podstatných 16 % z celkového počtu obyvatel (Český statistický úřad, ©2014).

Na základě těchto statistik se Česká republika řadí mezi země, které mají vysoké zastoupení osob starších 65 let. Řadí se mezi země jako Německo, Řecko či Itálii, které se rovněž s tímto problémem potýkají.

Zvýšenému nárůstu obyvatel seniorského věku se věnoval i jeden z výzkumů, který uveřejnil Eurostat, neboli statistický úřad Evropské unie se sídlem v Lucembursku, který vydává oficiální a harmonizované statistiky o Evropské unii a eurozóně a nabízí srovnatelné, spolehlivé a objektivní zobrazení evropské společnosti a hospodářství.

Pro zajímavost je zde uveden graf, na kterém je lépe vidět nárůst obyvatel seniorského věku (Eurostat, ©2018). Výzkum se mimo jiné zabýval zvýšením podílu obyvatelstva ve věku 65 let nebo více mezi roky 2007 a 2017. Na grafu je vidět, že Česká republika je na jedné z vedoucích pozic.



Kromě těchto zjištění nelze opomenout fakt, že tato tendence, kdy naše populace v České republice spíše stárne, než mládne, bude ještě narůstat. Dle Kučery se tomuto nevyhne žádná vyspělá země. Dlouhodobý důsledek závisí s rozvojem medicíny a prodlužování lidského života, zároveň ale také s poklesem porodnosti. (Kučera 2002a).

Z tohoto vyplývá, že podíl seniorů na našem území není zanedbatelný. Jak ale generace současných seniorů vypadá? S tím, jak se vyvíjí naše společnost, se pochopitelně vyvíjí i tato generace. Kromě všude dostupných informací, že převažují ženy, které jsou logicky většinou ovdovělé a generace starších lidí je tím pádem značně feminizovaná, nelze opomenout fakt, že současní senioři se vyznačují i stále vyšší vzdělaností.

Mimo toho, že budoucí senioři se budou lišit početním zastoupením oproti předchozím generacím, budou se lišit také svými ekonomickými a sociálními parametry. Mezi ty patří zmíněná větší vzdělanost a větší aspirace na období života v postproduktivním věku. To znamená, že lidé budou mít vyšší nároky na životní úroveň, rozsah služeb apod. (Rychtaříková 2002).

V současné době je kladen důraz aktivní stárnutí a do toho spadá mimo jiné neopomíjet aktivity, které mohou člověka rozvíjet také v důchodovém věku. Výtvarná tvorba rozhodně může v mnohém v tomto ohledu prospívat. Díky výtvarným technikám je možné mimo manuálních úkonů, jako např. trénování motoriky, rozvíjet i terapeutické prvky. Kromě výplně volného času může výtvarná činnost starším generacím dopomoci k relaxaci, vyvolávání příjemných vzpomínek, seberealizaci atd.

## 2.2 Mýty o stáří

V této podkapitole jsou velmi stručně shrnuty mýty a stereotypy o stáří, které mohou mnohdy mylně řadit seniorskou generaci na okraj společnosti. Kapitola poukazuje především na problematičnost vnímání starých lidí majoritní společností, která jí nepřisuzuje potřeby, které se týkají seberealizace, zkoušení nových věcí, popřípadě rozvíjení starých zálib, mezi které může patřit i výtvarná tvorba.

Mýty o stáří se zabývá více autorů, jako například Helena Haškovcová, Ladislav Rabušic, Dana Sýkorová atd. Níže je uveden stručný výčet na základě prostudování publikací výše zmíněných autorů.

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 1. Nemocné stáří    | 5. Homogenní        |
| 2. Chudé stáří      | 6. Dementní         |
| 3. Závislé stáří    | 7. Ošklivé stáří    |
| 4. Neužitečné stáří | 8. Impotentní stáří |

Pro potřeby diplomové práce jsou dále zmíněny jen ty stereotypy, které se mohou vázat s výtvarnou tvorbou a slouží jako vhodný příklad. Není nutné se zde zabývat vyvracením a popisem všech výše uvedených případů.

Jedním z nejčastějších mýtů je ten o nemocném stáří. Pokud je ale pozornost zaměřena na problematiku definovatelný pojem nemoc a zdraví, těžko říct, kdo z lidí, včetně dětí, vlastně nemocný není. Dnes už je dávno překonaná teorie WHO z roku 1946, která zní: „*Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, a nejen nepřítomnost nemoci nebo vady.*“ Z pohledu této definice je stav zdraví prakticky nedosažitelný, nehledě na to, že opomíjí složku duchovní, či spirituální, která je součástí nejnovějších definic pojmů nemoc a zdraví. Pochopitelně, že seniorská populace je zatížena vzhledem k vyššímu věku více, ale není to důvod k odsunutí seniorů na druhou kolej a přisuzovat jim pouze potřeby zdravotní péče. S tím souvisí také mýty o stáří dementním, závislém, popřípadě ošklivém.

Mnohdy opomíjeným faktem je u seniorů velmi podstatná potřeba stimulace, autonomie a uznání, které jsou mnohdy kvůli výše uvedeným mýtům přehlíženy. Zde je možno zmínit

Maslowovu pyramidu potřeb, kde na nejvyšších místech stojí právě potřeba seberealizace, sounáležitosti a uznání. Proč by se toto nemělo týkat i seniorů? Z tohoto hlediska je zde možné opět vnímat potenciál výtvarné tvorby. Výtvarná činnost může být chápána jako jedno z hledisek, jak tyto potřeby naplňovat rovněž v seniorském věku.

## 2.3 Mezigenerační porozumění

Mezigenerační porozumění je podstatnou součástí komunikace se staršími lidmi. Tuto problematiku bylo nutné nastudovat z důvodu, že vztahy mezi různými generacemi se v současnosti proměňují a dobré komunikační schopnosti mezi rozdílnými generacemi nejsou dnes zcela běžné. Tato komunikační schopnost by měla být běžnou výbavou dospělých i dětí, protože na ní závisí způsob chování ke starým lidem. V kapitole je také vyzdvížen potenciál výtvarné tvorby v rámci zlepšování či prohlubování mezigeneračního porozumění.

Jak již bylo popsáno v předchozích kapitolách, život člověka se v současné době díky různým faktorům stále prodlužuje a období stáří se stává mnohem delším, než tomu bylo dříve. S tím souvisí i to, že je dnes více běžné, že děti mají prarodiče, ale i praprarodiče. Dalším faktem je ale také to, že dnes není tak běžné jako dříve, že vícegenerační rodiny žijí v jedné domácnosti. Můžeme tak sledovat vznikající fenomény, jako např. projekty „*Adoptuj si babičku nebo dědečka*“ a nezdá se, že lze setkat s inzeráty, kde lidé vyhledávají „náhradní“ babičku či dědečka na hlídání svých ratolestí. I když lze dnes ve společnosti sledovat vzájemné soužití různých věkových skupin, je možné říci, že jsou spolu schopny vzájemné interakce?

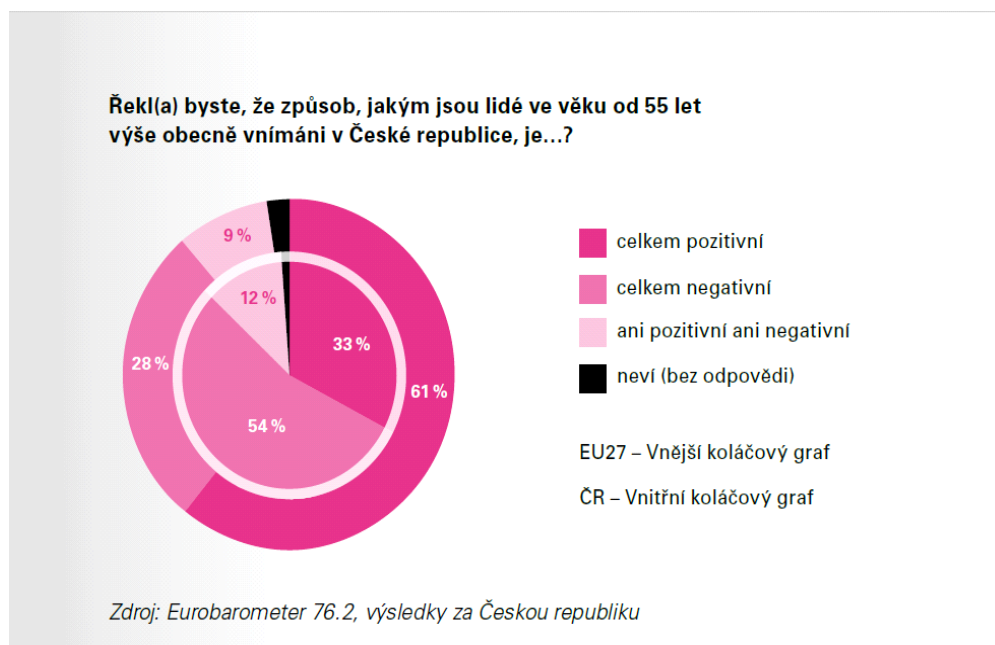
Přesto, že Česká republika přijala dokument OSN s názvem *Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí*, jehož cílem je mimo jiné uznání přínosu starších lidí, či posílení solidarity a vzájemnosti mezi generacemi, z různých výzkumů vyplývá, že senioři se ve společnosti cítí spíše nedocenění a pohled společnosti na ně je mnohdy paradoxní, nebo se míjí s realitou. Současná doba i kvůli moderním technologiím pomalu přebírá možnost předávání informací mladším generacím, což byla pro lidi staršího věku podstatná funkce, kterou dříve běžně zastávali.

Jako příklad lze uvést kvantitativní výzkum *Názory a postoje české populace k seniorům* z roku 2008. (Sak, Kolesárová-Saková, ©2008).

Z výzkumu vyšlo, že pouze dvěma procentům dotazovaných senior evokuje zkušenosti, znalosti a moudrost a více než šedesát procent respondentů v otázce významu životních fází pro společnost označilo stáří nejnižšími hodnotami. Paradoxní ovšem je, že většina respondentů přisoudila významnou úlohu seniora pro rodiny svých dětí a *rozhodně ano* a *spíše ano* odpověděli ve více než sedmdesáti procentech na otázku, jestli má společnost využívat zkušeností, znalostí a dovedností seniorů.



Dalším obdobným příkladem je výzkum, který proběhl v rámci EU, konkrétně v roce 2011. V něm je srovnání české společnosti se zbytkem Evropy a celkový pohled na lidi starší padesáti pěti let. I když ani v tomto případě se nejedná o výzkum zcela aktuální, data, která byla v roce 2011 sebraná, se pravděpodobně nebudou příliš lišit od současnosti. Na obrázku níže je patrný poměrně markantní rozdíl vnímání občanů České republiky a vnímání občanů dalších států na území EU.



Je poněkud na škodu, že v rámci této problematiky a problematiky mezigeneračního porozumění není více vyzdvihován obor výtvarné výchovy, která nabízí vizuální možnost komunikace. V současnosti je právě vizuální komunikace velmi podstatná. Společnost je každodenně zahlcována stovkami obrazů, ve kterých je nutné se orientovat. Rozvíjet tuto schopnost u seniorů by jistě mělo pozitivní vliv na komunikaci s okolím, a to i s mladšími generacemi. Možnosti, kde by se senioři mohli výtvarným aktivitám věnovat jsou bohužel nedostatečné, jak bude rozepsáno níže v kapitole věnující se nabídce aktivit z umělecké oblasti. Výtvarné aktivity by nemusely sloužit pouze k nutnému zaplnění času v institucích jako domovy seniorů, ale kromě terapeutické funkce by mohly nabídnout i způsob, jak posilovat komunikaci s mladšími generacemi. V České republice je bohužel nabídka podobných aktivit minimální a pokud se něco takového nalezne, jedná se jen o ojedinělou akci (viz. kapitola 4.1.).

Na závěr této kapitoly je nicméně uveden jeden zajímavý projekt, který se přímo týká mezigeneračního porozumění. Vznikl za podpory Evropské unie při příležitosti Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012.

Projekt se zajímavým názvem ***The Wall – 537 Faces*** pod sebou ukrývá spolupráci 537 seniorů, kteří navštěvovali vzdělávací a kulturní centrum Elpida a studentů střední grafické školy v Praze 4 na Pankráci. Senioři díky šablonám s jejich vlastním portrétem spolu se studenty pomocí sprejů vyzdobili zeď u vchodu do centra Elpida. Celá akce se odehrála v rámci několika happeningů.

Jak uvádí sami účastníci akce z řad studentů, z jejich strany šlo o to, aby senioři lépe pochopili street-art a neodsuzovali hned každé grafity, které uvidí. I když se z počátku senioři příliš zapojovat nechtěli, projekt nakonec slavil veliký úspěch.

Jedna z účastnic například o celé akci prohlásila: „*Líbí se mi to. Líbí se mi jakákoliv akce, která sdružuje lidi – mladé i staré –, aby se mezi lidmi vytvářelo společenství.*“ Ze strany mladších účastníků ale také docházelo k obohacení. Jeden z výtvarníků, Jáchym Moravec, který se také zapojil prohlásil: „*Hlavní pro mě je, že si díky tomuto projektu mladí lidé mohou uvědomit, že jsou senioři aktivní a jak zajímavé je naslouchat jejich příběhům.*“

Projektu si všimla i Evropská unie, která ho zařadila do příkladů dobré praxe v rámci aktivního stárnutí a mezigeneračního porozumění.



## 2.4 Reminiscence v práci se seniory

Na závěr je zařazena kapitola o reminiscenci v práci se seniory. Po stručné charakteristice pojmu je zde uvedeno, jaké výhody může mít způsob práce s využitím reminiscence u starší populace. Kapitola je navíc zařazena i z důvodu, že některé principy reminiscenčních technik jsou využity ve výzkumné části práce.

Slovo reminiscence pochází z lat. *reminiscere*, což znamená vzpomenout si, rozpomenout se, obnovit v paměti. Reminiscence je tudíž synonymum k českému výrazu vzpomínka, vzpomínání. Dle slovníku cizích slov lze pojem kromě vzpomínky vyložit také jako rozjímání nad minulostí, či vyprávění minulých vzpomínek (Slovník cizích slov ABZ, ©2007).

Na webových stránkách se lze setkat s dalšími definicemi, které blíže specifikují reminiscenci jako terapii. Pro účely práce jsou zde některé z nich vybrané. Na webu alzheimer centra je reminiscence definovaná jako terapie zacílená na práci se vzpomínkami. „*Nejedná se pouze o „jednu cestu“ k vyvolání vzpomínek, ale o několik cest, které pomáhají hledat vzpomínky a vybavit si to, co bylo v minulosti.*“ (Alzheimer centrum, ©2010 ). Vyvolání vzpomínek lze dosáhnout například vůněmi, dotyky či pomocí různých předmětů (fotografie, staré předměty z domácnosti, módní doplňky, staré filmy, hudební nahrávky atd.)

Na webu spektrum zdraví je dále specifikováno, že reminiscenční terapie by měla být vedena školeným terapeutem, který dokáže efektivně se vzpomínkami seniorů pracovat a vést je. Terapie probíhá formou rozmluvy mezi terapeutem a účastníkem či účastníky terapie, pro větší efektivitu jsou opět využívány různé předměty. (Spektrum zdraví, ©2016)

V literatuře je hojně využívána definice britského geriatra Roberta Woodse, který ji definuje jako hlasité nebo tiché (myšleno vnitřní) vybavování událostí ze života. To lze uskutečnit jak o samotě, tak za přítomnosti druhého člověka či skupiny.

Reminiscence je tedy zjednodušeně vzpomínání, které může člověk provádět jak sám se sebou, tak s druhými. Tím pádem lze rozlišit funkce *intrapersonální*, *interpersonální* a *informační*. (Janečková, Vacková, 2010)

- **Intrapersonální** – týká se především vědomí sebe sama, svého života, integrity osobnosti, koherence života jedince
- **Interpersonální** – sdílení vzpomínek s druhými osobami formou dialogu

- **Informační** – předávání zkušeností, vědomostí, informace o minulosti, zejména tato funkce byla již v minulosti spojována se seniory – autorita, stařešina, učitel – nová společenská role

Funkci vzpomínek lze shrnout na funkci adaptační, vyrovnávací, udržovací (Janečková, Vacková, 2010).

- **Adaptační** – zvládnutí adaptačního procesu, přechodu do seniorského věku, adaptace na stáří a s ním spojené změny, jak fyzické tak psychické, zvládnutí ztráty společenských rolí a přijmutí role nové
- **Vyrovňovací** – vyrovnání se s problémy, přehodnocování, smíření, pochopení významů životních událostí, životní rekapitulace, uzavření nedořešených událostí
- **Udržovací** – udržení si vlastní identity, integrity našeho „já“, kontakt s tím, kdo jsme byli a kdo jsme teď, aktivní procvičování paměti

Proč tedy využívat reminiscenci v práci se seniory? Vzpomínání je přeci přirozený proces, který provází člověka po celý jeho život. Schopnost aktivně si vybavovat vzpomínky patří k základním vlastnostem už u dětí, nicméně pokud se navrátíme zpět na začátek k uvedeným stádiím lidského života, ohlížení se za svým životem, přehodnocování, vybavování a znovu začleňování událostí ze života patří zejména do jeho poslední fáze. Například Erikson uvádí, že v posledním stádiu je nejpodstatnější integrita našeho „já“, je nutné najít způsob, jak bilancovat svůj život, jak se s ním vyrovnat a přijmout ho takový, jaký byl, včetně následné smrti. Právě nevyrovnání se se smrtí podle Eriksona značí nedostatek integrace (Langmeier, Krejčířová, 2006). Zvláště v dnešní době, kdy je téma smrti ve společnosti velmi tabuizováno působí vyrovnání se se životem a smrtí v posledním stádiu života velmi obtížně. Vzpomínání tedy patří k této životní fázi, člověk před sebou již nemá tak dlouhou budoucnost, je normální navracet se do minulosti, vzpomínat, hledat nový smysl své existence a přijmout i novou společenskou roli. Tou může být právě autorita zkušeného člověka, který může předávat svou zkušenost dalším. Vzpomínkový proces je pokračování psychologického zrání a možnosti aktivního sebevyjádření. Souvisí to i se změnami v mozkové tkáni, kdy vyvrcholí zralost částí mozku zpracovávající předešlé zkušenosti (reminiscence kniha).

Seniorům může reminiscence přinášet možnost o svém životě s někým mluvit, hodnotit jeho události, předávat zkušenosti, překonat samotu, sociální izolaci, která je se stářím často spojená. Reminiscence může být rovněž způsob, jak se může senior vyrovnat s traumaty, smířit se a dojít tak klidu, neupadat do depresí a zahořklosti. V takovém případě už je ovšem nutný terapeut, který bude schopen seniora vést a dokáže s vynesnými vzpomínkami pracovat takovým způsobem, který by účastníka reminiscence spíš nepoškodil. Díky vzpomínání dostane starý člověk možnost vyjádřit se a může tak kompenzovat zhoršenou schopnost pojmát nové poznatky a orientovat se ve světě.

## **Shrnutí**

Druhá kapitola objasnila problematiku stáří a stárnutí se zaměřením na Českou republiku. I když se práce tématy jako demografické stárnutí zdánlivě netýká, díky stručnému seznámení s touto problematikou může dojít k lepšímu pochopení, že přehlížení seniorské populace není na místě. I když existují dokumenty na mezinárodní úrovni týkající se úspěšného stárnutí a zacházení se starými lidmi, kapitola ukázala, že od teorie k její aplikaci je v určitých oblastech stále daleko.

Hlubší zaměření na práci seniorského věku v rámci sociální pedagogiky se ukazuje jako více než důležité. Obrázek současné seniorské populace, který je v této kapitole nastíněn svědčí o tom, že práce se starými lidmi v rámci pedagogických věd by neměla být zanedbávána. Benefity má samozřejmě i výtvarná výchova či tvorba, ať už ve vlastním seberozvoji, či v prohlubování mezigenerační komunikace.

### 3. GERONTAGOGIKA

Poměrně nová vědní disciplína gerontagogika se zabývá nejen zákonitostmi stáří a stárnutí, ale i tím, jak pečovat, podporovat a rozvíjet seniory. Zkoumá specifika tohoto věku, a to i z pohledu edukace.

Pokud je pozornost zaměřena na pojem gerontagogika, slovo *gerón* pochází z řečtiny a znamená stařec, stejně jako řecké slovo *agógé*, což znamená vést někoho. Už jen z tohoto rozebrání pojmu se dá zájem této disciplíny odvodit, ale i přesto jsou zde uvedené některé definice, které význam upřesňují a rozvádí.

Mühlpachr (2001) gerontagogiku vymezuje jako multidisciplinární teoreticko-empirickou disciplínu, která je zaměřena na pomoc, péči a podporu seniorů.

Čorníčová (2007) definici dále specifikuje a uvádí, že gerontagogika je specializovaná vědní disciplína, která zkoumá a systematizuje poznatky, které se týkají edukace v senu a edukace ve vztahu k seniorskému věku člověka.

Gerontagogika jako hraniční vědní disciplína je samozřejmě obor multidisciplinární a můžeme se setkat také s pojmy jako například gerontopedagogika či geragogika. I když ji někteří autoři (např. Špatenková) nevnímají jako samostatnou vědní disciplínu a řadí jí jako součást andragogiky, pro potřeby této práce je nutné blíže jí přiblížit.

Petřková a Čorníčová (2004) z hlediska edukačních aktivit rozlišují několik oblastí. Gerontagogika podle nich zahrnuje:

***Vlastní seniorskou edukaci*** – ta představuje těžiště zkoumání

***Preseniorskou edukaci*** – sem spadá příprava na stáří

***Proseniorskou edukaci*** – ta je zaměřena na společenskou podporu stáří a na mezigenerační porozumění

Do těchto dvou posledních oblastí spadají i funkce kulturně-osvětové, kam lze zařadit umělecko-zájmovou činnost a kulturní aktivity, jako např. návštěvy různých kulturních akcí atd.

U funkce kulturní edukace je potřeba věnovat více pozornosti. V předchozí kapitole, kde je zahrnut i obrázek toho, kdo je současný senior, je podstatné znovu zmínit vzrůstající vzdělanost starých lidí. Pokud se navíc bere v potaz i to, že dnes je snaha také u mladších lidí začínat s osvětou a zařazovat témata, jak úspěšně stárnout, lze předpokládat, že mnoho ze seniorů se nespokojí s všeobecně vnímanou představou poklidného stáří, kdy starý člověk zastává pouze druhořadé funkce a jeho největším vzrušením v životě je sezení v parku na lavičce a krmení holubů.

Výše zmíněná funkce, kulturně edukační, která je pro tuto práci zejména podstatná, zahrnuje snahu vytvářet, či udržovat a zvyšovat intelektuální, kulturní a etickou úroveň společnosti. Tato oblast je podstatná tím, že se nejedná o pouhé předávání informací z různých oblastí, ale jde o aktivní kulturaci. Tímto napomáhá k udržování kvality života a může pomáhat i k tomu, aby senioři byli stále schopni plnohodnotně fungovat ve společnosti, ve které se budou moci i nadále orientovat.



## Výchova a vzdělání ve stáří?

V celé práci je řeč o edukaci seniorů. Je ale možné i v tomto věku člověka vzdělávat? Pokud se hovoří o výchově a vzdělání, většině lidí se pravděpodobně vybaví dítě ve školních letech. Všem je dobře znám fakt, že v mládí a zejména v dětství je nejsnadnější nabývat nové informace a učit se novým věcem. Jak je to ale se seniory?

V oblasti seniorů samozřejmě nelze mluvit o vzdělání, pod nímž si lze představit klasickou frontální výuku ve školách, nicméně i v tomto věku je stále možné kultivovat osobnost. Rovněž lze těžko mluvit o výchově jako takové. Jak je ale známo, vzdělání a výchova jsou pojmy, které lze oddělit teoreticky, v praxi to už tak snadné není. Pozornost zde však bude zaměřena především na otázku vzdělání.

Z hlediska seniorské populace lze hovořit o několika oblastech vzdělání. *Kultivace osobnosti* už zde zmíněná je. Mezi další způsoby vzdělávání seniorů patří *udržování duševní a tělesné aktivity* a samozřejmě lze edukaci vnímat i jako *pomoc, jak se orientovat v dnes rychle se měnícím světě*. Skrze různé programy, či aktivity, lze seniory seznamovat s novými věcmi, díky kterým je jim pak usnadněné fungování ve společnosti. Z hlediska narůstajícího počtu lidí seniorského věku je podstatné, aby i staří lidé byli schopni plnit společenské funkce a nezůstali stát na okraji společnosti. Nejde už o získávání různých druhů gramotnosti, ale podstatné je zejména inovování, posilování a udržování funkční gramotnosti. (Petřková a Čorníčová, 2004).

Pro seniora může mít vzdělání ale také další funkce. Například Mühlpachr (2004) formuluje tyto:

- **Preventivní** – zde je prevence myšlená z hlediska včasné edukace, která může u seniorů pozitivně ovlivnit průběh stáří
- **Anticipační** – zde se jedná již o výše zmíněné posilování schopnosti orientace ve společnosti a schopností adaptovat se na nároky života
- **Rehabilitační** – rehabilitační funkce je z hlediska této práce zejména důležitá, neboť právě ta může být úzce spojená s výtvarnou činností

- **Posilovací** – lze také nazývat funkcí stimulační či kultivační

Funkcí, které jsou pro seniory důležité je ale mnohem více. Lze zmínit například funkci *komunikační, relaxační* atd.

Jak je vidět, vzdělání pro seniory může přinášet řadu výhod, které jim pomohou překlenout odchod z pracovního života a zároveň jim může pomoci nalézt smysluplné využití volného času. S citlivým přístupem vyučujícího či lektora navíc může vzdělání přinášet mnoho benefitů.

## **Shrnutí**

Třetí kapitola informuje o gerontagogice jako o podstatné vědní disciplíně z hlediska vzdělávání seniorů. Stručné seznámení poukazuje na další možnosti, s jakými lze s lidmi seniorského věku pracovat.

Kromě základních informací o cílové skupině a cílech této vědní disciplíny je zde rozvedena otázka, zda lze vůbec lidi seniorského věku dále vzdělávat, či jestli se týká výchova a vzdělání pouze mladých generací. I zde je zdůrazněn potenciál, který může mít rozšiřování znalostí a dovedností z oblasti kulturní. Vzhledem k tomu, že edukace starých lidí je prováděná zejména na základě jejich zájmů, na potenciál výtvarné výchovy by se nemělo ani zde zapomínat. Výtvarná tvorba navíc může výrazně dopomoci k naplnění výše uvedených funkcí, jako například funkce rehabilitační, kultivační, ale i komunikační a další.

#### 4. STÁŘÍ A EDUKACE

Věková kategorie seniorů s sebou přináší určitá specifika, která je nutná brát v potaz při výuce. Na základě hlubšího prozkoumání vědní disciplíny gerontagogiky jsou zde uvedeny poznatky o různých metodách a zároveň omezeních, na které je dobré brát ohledy.

Pokud byla řeč o tom, že senioři jsou výrazně heterogenní skupina, nelze na to zapomínat ani v otázce vzdělání. Kromě nutnosti přistupovat k seniorům individuálně ale přesto existuje určitý soubor pravidel, které jsou níže uvedené. Každý věk přináší do života určité změny. Změny jsou to v oblasti jak psychické, tak fyzické a samozřejmě i sociální. U seniorů se tyto změny mohou zdát více výrazné a při edukaci by jim měla být věnována pozornost.

Otázka, zdali je možné seniory vůbec vzdělávat je již zodpovězená. Zde je bližší seznámení, jak k takovému vzdělání přistupovat. Kvůli chybám v komunikaci a přehlížení fyzických, ale také kognitivních dispozic u starých lidí je snadné je od vzdělávacích aktivit spíše odradit. Prostudování těchto specifik a postupů při výuce, na které je nutné brát zřetel, tedy bylo pro tuto práci nezbytné.

Kromě toho je zde v krátkosti uveden přehled nabídek vzdělání pro seniory, který také může mnohé indikovat, co se týče celkového přístupu k seniorům společností. Pozornost je věnována zejména nabídce z oblasti výtvarných aktivit.

#### 4.1 Nabídka vzdělání pro seniory a volnočasové aktivity

Význam, jaký mohou mít aktivity z oblasti umění zde byl již několikrát zmíněn a blíže se mu budou věnovat i další kapitoly. V této kapitole je ale nastíněn reálný obraz toho, co vše je v současnosti v nabídce, jakými způsoby a kde je výtvarná tvorba využívána.

Na začátek je pozornost zaměřena na Univerzity třetího věku, jako jeden z hlavních pilířů dalšího vzdělávání. Informace pocházejí z Katalogu univerzity třetího věku pro akad. rok 2017/2018. Pokud je pozornost zaměřena na fakulty Univerzity Karlovy, nabídka je velmi široká. Při snaze nalézt kurzy, které se týkají výlučně umění, ale už tak široká není. Co se týče kurzů s praktickým zaměřením, řeč nemůže být prakticky ani o jednom. Ostatní kurzy jsou teoretické a týkají se převážně dějin umění.

Nejvíce jich nabízí filozofická fakulta. Jako příklad lze uvést *Poklady českého a evropského výtvarného umění, Kapitoly z dějin římské kultury I. a II.*, nebo *Dějiny umění Latinské Ameriky – MEZOAMERIKA*.

Dalších několik kurzů nabízí Fakulta humanitních studií. Nabízí kurzy jako například *Evropská vizuální kultura I–IV, Umění a identita, Architektura, malířství, sochařství a design v Československu* nebo *Tendence poválečného výtvarného umění*.

Pedagogická fakulta nabízí z oblasti umění jediný kurz, a tím je *Péče o kulturní dědictví v kontextu vzdělávání*. Kurz se týká hodnotě kulturního dědictví a jeho ochraně a je realizován formou přednášek a exkurzí.

Další z kurzů, který je alespoň trochu zaměřen do praxe a není pouze formou čistě teoretického výkladu v učebně, je *Seminář výtvarného umění* na Fakultě sociálních věd. Tento program je veden formou návštěv výstav a seznámení účastníků s prostředím výstavních prostorů a ateliérů.

Jak je vidět z této nabídky, ani jeden kurz není zaměřen výrazně prakticky. Nejedná se tolik o semináře, ale spíše pouze o teorii. Lépe na tom nejsou ani další univerzity v České republice. Není nutné je zde dále vypisovat, protože svým obsahem i zaměřením jsou velmi podobné.

Další část je věnovaná volnočasovým kurzům, které už nespádají pod Univerzity třetího věku. I zde se ukazuje, že na poli výtvarných aktivit, které se nabízejí pro seniory, je nabídka

nedostatečná, i když právě zde by mělo být hlavní těžiště spíše praktických činností na poli výtvarného umění.

Největší část volnočasových kurzů tvoří výtvarné dílny v domovech pro seniory. Na základě charakteru aktivit se ale bohužel nedá říct, že by zde šlo o výrazné kulturně-kultivační činnosti. Tyto aktivity jsou spíše brány jako výplň času, jako nutné zabavení. Nejedná se o systematickou činnost, která by umožňovala ve větší míře výrazný rozvoj na poli výtvarných aktivit. Už vůbec se pak nedá hovořit o propojení těchto činností i s teoretickým rámcem, který by mohl uchazečům představovat osobnosti z kulturního pole.

Pokud se zadá do internetového vyhledávače heslo například „výtvarné aktivity pro seniory“, nejčastěji vyjedou obrázky aktivit jako navlékání korálků, keramika, či sezónní aktivity, jako například barvení vajíček či pletení pomlázek apod. Pod tím samým heslem, ale zadaným v angličtině, výsledky nejsou o moc lepší. Obrázky „výrobků“ jsou velmi podobné, jako když je pozornost zaměřena na první stupeň základních škol. I z tohoto je tedy patrné, že tyto aktivity směřují spíše k výslednému produktu, popřípadě jsou úzce zaměřeny pouze na rozvoj motorických funkcí, než k tomu, aby seniory v něčem šířeji rozvíjely.



(Mladí duchem, ©2015),



(Crafts for seniors, ©2017)

I když jsou také tyto činnosti součástí výtvarné tvorby a pro seniory jistě mají určitý význam, například v oblasti již zmíněného trénování motoriky apod., nemělo by jít o jedinou uměleckou činnost, kterou se zabývají.

Problematicke výtvarných aktivit seniorů se nicméně věnuje také několik bakalářských a diplomových prací. Na základě shrnutí ze symposia v Brně na téma *Veřejnost a kouzlo*

*vizuality*, kde je publikovaný článek na téma mezigeneračního porozumění ve výtvarné pedagogice pro seniory, je to potěšující posun. V článku z roku 2008 je uvedeno, že se nepodařilo nalézt bakalářské ani diplomové práce, které by se tímto tématem hlouběji zabývaly. I tak je nutné konstatovat, že i když rozdíl činí deset let, prací není zase tolik, kolik by se dalo očekávat. I přesto je ale možné vnímat určitou změnu k lepšímu a větší zájem o obor výtvarné výchovy jako skvělé východisko pro práci se seniory.

Po detailnějším prostudování některých prací je vidět, že obor výtvarné výchovy má širokou platformu nejenom pro práci s dětmi ve škole, ale i pro práci s dalšími věkovými kategoriemi s ohledem na terapeutické a další ohledy.



Za zmínku stojí například projekt popsáný v bakalářské práci na téma výtvarných dílen v domovech pro seniory z roku 2013 z Masarykovy univerzity v Brně. V práci jsou popsány některé úkoly, které byly se seniory realizovány v rámci tříletého projektu pod záštitou Katedry výtvarné výchovy Masarykovy univerzity v rámci speciální výtvarné výchovy. Úkoly byly realizovány ve výtvarné dílně v domově pro seniory poblíž Brna, který je poměrně ojedinělým příkladem toho, jak může vypadat práce se starými lidmi, která nese tvořivé, individuální a terapeutické prvky. Za zmínku dále stojí i využívání a propojování různých technik, včetně zapojení nových médií. (Speciální výtvarná výchova, ©2013)

Kromě této bakalářské práce je dalším dobrým příkladem práce diplomová, rovněž z roku 2013, tentokrát ze Západočeské univerzity v Plzni. Práce je na téma výtvarných aktivit s prvky arteterapie u dlouhodobě hospitalizovaných pacientů. Jsou v ní uvedeny zdařilé činnosti, které autorka realizovala se seniory v LDN. Zvolené aktivity v sobě nesou mnoho zajímavých prvků,

kteřé podněcují k tvořivosti, k uvolnění výtvarného projevu a strachu z něj a zároveň mají i prvky terapeutické.

Jako příklad lze uvést úkol s názvem Příroda, kde šlo o zachycení klíčení semínek a postupné rozpracování až v rozkvetlé květiny. Kromě kresby v sobě úkol propojoval i koláž z přírodnin, poslech a byla nutná vzájemná spolupráce pacientů. Zajímavý a poutavý je ale již samotný cíl úkolu a to zobrazení klíčení v přírodě. Jak sama autorka uvedla: „*Vidím pro ně jako důležité uvědomit si důležitost každé z těchto fází a její analogii k životu člověka.*“

Posledním příkladem je dokument s názvem *Senioři a kultura*. Jsou v něm shrnuty ojedinělé akce, kde byli senioři zahrnuti do kulturních aktivit. Publikace vznikla při příležitosti evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity v roce 2012. Kromě příkladů z České republiky je v ní uvedeno i několik akcí ze zahraničí. Ani v tomto případě se ale bohužel ve většině případů nejedná o akce, které by měly dlouhodobější charakter a kdy by docházelo se seniory k systematické dlouhodobé činnosti.

Více podobně zdařilých případů, které by v této části stály za zmínku nebylo nalezeno. I přesto je podstatné, že vůbec některé existují a že o tuto problematiku vzrůstá zájem, i kdyby k tomu mělo stačit pouhé srovnání s internetovou rešerší ve článku z roku 2008 a rešerše provedené pro tuto práci. Nezbývá než doufat, že kreativních míst pro seniory, jako například výtvarná dílna v domově v Brně, bude přibývat. I na základě prostudování několika bakalářských či diplomových prací je vidět, jak prospěšná může být výtvarná tvorba pro tuto věkovou skupinu a že na potenciál výtvarné výchovy by se nemělo zapomínat.



## 4.2 Specifika seniorského věku

K jakým změnám ve stáří dochází, jak v případě fyzického, tak psychického stavu? Na co je nutné dávat pozor a na co brát ohledy, co se týče edukace seniorů? Otázky na první pohled banální, nicméně detailnější prozkoumání teoretické základny v oblasti involučních změn bylo nutné k dosažení lepších výsledků v empirické části.

Mezi změny nejvíce viditelné patří pochopitelně změny *fyzické*. Tyto změny jsou viditelné v samotném postoji a pohybu seniora, dále na kvalitě kůže, vlasů atd. Méně viditelných znaků, co se týče změn kardiovaskulárního systému, poruchy činnosti jednotlivých orgánů atd. je pak celá řada, ale pro edukaci jsou podstatné zejména změny, co se týče zhoršení zraku, sluchu a motoriky.

V průběhu stáří dochází ke zpomalování a zhoršování *smyslových funkcí*, to znamená, že starý člověk již není schopen v takové míře jako v mládí přijímat podněty z okolí. Jedná se jak o množství informací, které jsou schopni senioři najednou přijmout, tak i o rychlost. Senior už například nebude schopen zcela vnímat rychlý sled informací, které ještě navíc nebudou podané v dostatečné vizuální či zvukové kvalitě.

V oblasti motoriky se lze u seniorů setkat například se zhoršením uchopovacích vlastností a se zhoršením co se týče manipulace s drobnými předměty. Mnoho lidí si jistě vybaví vlastní babičku, která měla ve stáří problém s navléknutím jehly apod.

Mezi další faktory, které je třeba brát v potaz během edukace, patří faktory z oblasti *kognitivních* funkcí. Zde je nutné zmínit zhoršení v oblasti paměťových funkcí. Jedním ze stereotypů bývá přisuzování zhoršení inteligence, což se následně odráží i na paměti. Mnohé výzkumy ale ukázaly, že významná korelace mezi zvyšujícím se věkem a snižující se inteligencí neexistuje. Zde spíše roli sehrávají například poruchy mozkové činnosti. U seniorů je tedy nutné brát v potaz zejména paměť krátkodobou a není nutné mít strach z výrazného snížení intelektových vlastností. Je nutné brát ohled na delší dobu pro zapamatování, ale není vždy nutné zjednodušovat obsah. Spíš naopak. Senior by pak toho mohl vnímat jako nedůvěru v jeho schopnosti.

Tento stručný přehled stačí pro poukázání na nejpodstatnější involuční změny, na které je dobré brát zřetel. V textu jsou záměrně opomenuty další faktory, které mohou mít na edukaci rovněž vliv. Mezi ně patří některé nemoci, jako například Parkinsonova choroba, kterou

provází třes rukou, nebo různé formy demence, jako například Alzheimerova choroba. Práce s takto nemocnými pacienty samozřejmě musí podléhat ještě jiným pravidlům, které ale není nezbytné pro tuto práci dále rozebírat.

#### 4.3 Specifika vzdělávání a učení v seniorském věku, komunikace

Předchozí kapitola seznamuje s involučními změnami, které celkově ovlivňují život seniora, nejen z hlediska vzdělávání. U této věkové kategorie je nutné brát v úvahu ale i další faktory, které mají na vzdělávání vliv a mohou být překážkou. Některé lze částečně eliminovat, či s nimi vhodně pracovat, díky dobrému přístupu lektora na rozdíl od změn involučních, které příliš eliminovat nelze.

Kromě oblasti *fyzické a kognitivní*, shrnuté v předchozí kapitole, můžeme ještě rozlišit oblast *afektivní a sociální a sociokulturní* (Petřková, Čorničová, 2004, s.68).

Do oblasti *afektivní* se řadí zejména motivace, potřeby, zájmy a postoje, do oblasti *sociální a sociokulturní* patří úroveň vzdělání, status a také rodinná situace.

Senioři jsou, co se týče edukace, velmi specifickou skupinou. Každý již prošel poměrně dlouhým životním úsekem a je zasažen jinými zkušenostmi a zážitky. Kromě toho také každý prošel jiným vzděláním, měl jinou zkušenost s vyučujícími, se vzdělávacím procesem a následně s procesem pracovním. Od toho se odvíjí i přístup, jaký mají k edukaci ve stáří. Dalo by se dokonce říct, že tato věková kategorie je pro pedagogy největší oříšek. Jak při výuce zjistit, kdo všechno před námi sedí? Můžeme se spoléhat na pouhou informaci o výši dosaženého vzdělání? U seniorů takto můžeme soudit dost těžko, bere-li se navíc v úvahu doba, ve které prošli vzdělávacím systémem. Musí se brát v potaz válka, komunistický režim atd. Jak zjistit, jestli daný senior neprošel vzděláním kvůli nedostatku schopností či znalostí, nebo kvůli některým výše zmíněným životním peripetiím? Každý senior má navíc jiné očekávání a potřeby, což souvisí s motivací, s jakou do vzdělávacího procesu vstupuje.

Aby šlo k seniorům a jejich vzdělání přistupovat individuálně, je nutné uvědomit si bariéry, které sebou vzdělávací proces může přinášet. Mezi nejčastější bariéry u seniorů patří bariéry *finanční, místní* a k překvapení některých lidí i bariéry *časové*.

Bariéra *finanční* je zcela pochopitelná. Pokud se člověku v důchodovém věku jeho příjem omezí pouze na pobírání starobního důchodu, je samozřejmé, že bude volit spoustu věcí z hlediska financí, a ne vždy z hlediska potřeby či zájmu. Finance tak někdy mohou znamenat silný faktor ve výběru volnočasových aktivit.

Bariéra *místní* se týká množství a přístupu k volnočasovým a vzdělávacím aktivitám v dané lokalitě. Ne všude může být nabídka pro seniory dostatečná a dostupná. Toto se může týkat zejména některých venkovských oblastí.

Bariéra *časová* se týká času, kdy se vzdělávání odehrává. Některé instituce nabízejí vzdělávací aktivity pro seniory pouze dopoledne, kdy aktivnější část starších lidí, kteří pokračují i nadále v zaměstnání, aktivity nemůže stihnout. Další zajímavý fakt ale přinesl i výzkum Kaspera a Lubeckého (2003), kteří zjistili, že někteří senioři pociťují obavy, pokud by se měli vracet do svých domovů ve večerních hodinách, kdy už je tma.

Dalšími faktory, které je nutné zmínit, jsou ty, které se týkají osoby lektora a komunikace.

V knize *Vzdělávání seniorů a jeho specifika* se můžeme o charakteristikách dobrého lektora dočíst v jedné z kapitol, kde autor uvádí závěry z vlastního výzkumu. Kromě toho, že senioři vyžadovali od lektora odborné i všeobecné znalosti, mluvil nahlas a měl srozumitelný výklad, požadovali rovněž i to, aby byl hodný. Jak sám autor výzkumu uvádí, bohužel už není specifikované, co přesně si pod tímto pojmem lidé představují. Dá se tedy polemizovat, zda toto vyplývá z různých obav, co senioři mohou při vstupu do vzdělávání mít, či je to jen pouhý požadavek, díky kterému se jim s lektorem bude dobře spolupracovat.

I když se pod slovem hodný může skrývat leccos, je možné předpokládat určité konkrétnější charakteristiky. Nutná je rozhodně empatie. Z osobní zkušenosti práce osobní asistentky je možné potvrdit, že díky empatii lze dosáhnout v komunikaci se seniory velkých úspěchů. S empatií se totiž pojí nutnost naslouchat, dále je podstatná trpělivost, shovívavost a porozumění, díky čemuž je komunikace výrazně usnadněna. Odbourá se tak strach seniora z nepochopení, z ponížení atd.

Už jen z tohoto vyplývá, že ne každý je pro vzdělávání seniorů vhodným adeptem. Oblast komunikace je poměrně klíčová, možná až v něčem přesahuje oblast samotného odborného vědění lektora. Pokud se člověk bude snažit předat informace nevhodným způsobem, může to být úplně k ničemu a zničit to veškeré snahy o vzdělávání seniorů.

Mezi nejčastější chyby, kterých se mnozí dopouštějí v komunikaci se starým člověkem je tzv. *elderspeak*. Jedná se o formu komunikace, kdy se k seniorovi mluví jako k dítěti, výrazy se zjednodušují, užívají se nevhodná oslovení nerespektující osobu seniora atd. *Elderspeak*

vychází ze stereotypů, kvůli kterým mnozí staré lidi vnímají jako méně kompetentní či inteligentní.

Dále je nutné vyvarovat se cizích slov, například z angličtiny, či používat slangové výrazy, které senior většinou nemá šanci znát. Také, i když je řeč o vzdělávání seniorů a ne dětí, není vhodné používat až příliš odbornou řeč. Toto se netýká intelligence, spíše je opět nutné zmínit to, že ne každý senior prošel vyšším vzděláním, kde měl možnost seznámit se s určitými výrazy.

Komunikačních problémů, či strategií, které jsou naopak vhodné, co se týká vzdělávání seniorů by se jistě našlo více, pro účely práce ale bohatě stačí výše zmíněné. Co se týče výtvarné tvorby a výtvarné výchovy u seniorů, nejpodstatnější je citlivý přístup, empatie a komunikace s respektem, která se vyvaruje úskalím elderspeak. Senior pak bude mít pocit, že lektor je spíše v roli partnera nežli někoho nadřazeného. Podstatná je jistě i podpora autonomie, díky které bude starý člověk pociťovat dostatečnou volnost a nebude se cítit jako zpátky na základní škole a bude tak moci objevit zcela nový rozměr výtvarné tvorby.

#### 4.4 Motivace a cíle ve vzdělávání seniorů

Jaké jsou vlastně cíle a motivace, co se týče vzdělávání seniorů? Už zde bylo řečeno, že pod pojmem vzdělávání seniorů si rozhodně nelze představovat klasickou frontální výuku jako u dětí školního věku, kde jsou cíle více méně dané. Pokud je pozornost zaměřena na vzdělávání dospělých, ani zde nelze cíle zcela ztotožňovat s cíli ve vzdělávání seniorů. Vzdělávání dospělých má nejčastěji formu rekvalifikační, či prohlubování dosavadní kvalifikace, zaškolování atp. Pro účely této práce je tedy nutné zaměřit se především na formu volnočasovou, kde bude patrně možné vysledovat největší potenciál pro nějakou formu výtvarné činnosti. Se sektorem volnočasové pedagogiky se také automaticky odvíjí forma motivace, která je v této kapitole rovněž blíže rozebrána.

Již zde bylo nastíněno, že dříve či později se každý senior začne potýkat s novou životní rolí, která započne odchodem z pracovního života. Tato fáze je spojena s množstvím volného času, se kterým je pak nutné určitým způsobem pracovat. Mnoho lidí má představu, že toto množství volného času automaticky znamená zlepšení kvality života. Faktem nicméně zůstává, že tohle s kvalitou života nijak výrazně nekoreluje. Pro mnoho lidí tak nastává obtížný úkol, jak s množstvím času pracovat, zejména, pokud smysl života nalézali zejména v jejich práci.

Cílem vzdělávání seniorů ve volném čase by tak měla být zejména seberealizace, či obohacení dosavadních znalostí a dovedností, či rozvoj činnosti zcela nové. V mnohém se tedy cíle stírají s funkcemi vzdělávání, které jsou uvedené v kapitole o gerontagogice. Ve stejnojmenné knize, *Gerontagogika*, jsou cíle shrnuty takto:

- Kultivace života a jeho obohacování
- Pochopení vývojových úkolů seniorského věku, adaptace na jiný způsob života
- Pomoc při orientaci v současném světě

Pro lepší práci se seniory je nutné rozumět nejen cílům, ale i motivaci. Motivace celkově má mnoho definic, např. „*Motivace je vnitřní řídicí síla odpovědná za zahájení, usměrňování, udržování a energetizaci zacíleného chování*“. (Hartl a Hartlová, 2010, s. 320). Nejen tato definice vychází už ze samotného původu slova, což je z lat. *movere*, neboli hýbat.

Dále se motivace člení na motivaci *vnitřní* a *vnější*.

- **Vnější motivace** – tento typ motivace je zapříčiněn vnějšími činiteli, kdy jedinec pasivně přijímá určitá pravidla; tato motivace je často u žáků, kteří se např. naučí na test nikoliv z vlastních pohnutek a prahnutí po vědění, ale ze strachu před trestem od rodičů
- **Vnitřní motivace** – z hlediska vzdělávání je tento typ motivace v případě, že plyne z poznávacích potřeb aktéra

Je patrné, že u seniorů a volnočasového vzdělávání převažuje motivace vnitřní, což je jistě výhodou. Lidé s vnitřní motivací sami touží po tom, něco nového se dozvědět či naučit, tudíž práce s nimi je v tomto ohledu usnadněna.

Petřková a Čorníčová (2004) uvádějí, že motivace u seniorů nejčastěji plyne z těchto potřeb:

- Kognitivní
- Sociální
- Potřeba aktivity a produktivity
- Potřeba kompenzovat nedostatky

Co z tohoto shrnutí tedy vyplývá? Motivace, cíle, či funkce ve vzdělávání seniorů jsou poměrně podobné. Lze vysledovat, že často skloňovanými pojmy jsou seberealizace, kultivace, potřeba orientace ve světě, socializace či pocit smysluplnosti a autonomie. Z hlediska výtvarné edukace by toto rozhodně nemělo být překážkou, spíše naopak. Všechny tyto pojmy může určitý typ výtvarné činnosti naplnit a není tedy důvod, aby umělecká tvorba byla v práci se seniory opomíjená.

Jediný problém může nastat u motivace. Mnoho seniorů přistupuje k výtvarné činnosti značně skepticky. Může to být dané špatnou předchozí zkušeností, strachem z toho, že výsledek jejich tvorby nebude „dobrý“, nebo prostě pouhým nezájmem. V takovém případě by motivace byla pouze vnější a plynula by například z uspokojení lektora. Zde se opět dostáváme k nutnosti individuálního přístupu. Výtvarná činnost naštěstí skýtá mnoho možností, u kterých není stěžejní výsledek práce, ale už samotný proces. Lze zapojit jedince i využít skupinové práce,

využívat spíše terapeutických prvků atp. Při poukázání na smysl činnosti a dostatečný prostor pro seberealizaci pak může motivace vnější přejít k motivaci vnitřní a senior může nalézt ve výtvarné činnosti uspokojení.

Pokud se znovu zaměříme na cíle, které obsahují kultivaci, seberealizaci, obohacení, či schopnost orientace ve světě, to vše můžeme u seniorů výtvarnou tvorbou rozvíjet. Je tedy na osobě lektora, jakým způsobem je schopný toto seniorům během tvorby předat.



## **Shrnutí**

Tato kapitola se věnovala rozsáhlé problematice stáří a edukace. Kromě přehledu toho, jaká je pro seniory v oblasti vzdělání nabídka, se věnovala především tomu, jak nejlépe k seniorům během edukačního procesu přistupovat.

Kapitola je podstatná zejména proto, že každý věk sebou nese určitá specifika. Pokud chce lektor dosáhnout v práci se seniory co nejlepších výsledků, je nutné je znát a brát na ně ohledy. V případě, že jsou známy různé bariéry, které proces mohou znemožňovat, je možné s nimi pracovat či je eliminovat. To samé platí o komunikaci či motivaci. Díky znalostem z těchto oblastí lze vymyslet aktivity, které budou pro danou věkovou kategorii optimální, seniory budou bavit a bude snadnější dosahovat cílů vzdělávání.

## 5. VÝTVARNÁ VÝCHOVA A SENIOŘI

Od obecnějších faktů je nutné hlubší zacílení přímo do oblasti výtvarné výchovy. Díky předchozí kapitole již není nutné ptát se, zda se také senioři mohou vzdělávat. Hazuková a Šamšula (2005) píší, že výtvarná výchova svým obsahem a cíli svého působení přispívá k celkovému harmonickému rozvoji osobnosti. Při řešení vlastních výtvarných úkolů se v procesu výtvarné práce uvolňují a rozvíjejí tvořivé schopnosti, dochází k výraznému ovlivňování psychiky žáků, prohlubuje se schopnost sebevyjádření a seberealizace. Jaroslav Vančát pak ještě zdůrazňuje poznávací a komunikační funkci uměleckého procesu, tedy i výtvarné výchovy. Když toto platí pro žáky ve školách, proč by to ale nemohlo platit i pro seniory? Harmonický rozvoj osobnosti, sebevyjádření, seberealizace. To jsou pojmy, které se mohou týkat dětí, stejně jako starších jedinců.

Co přesně ale seniorům může nabídnout současné pojetí výtvarné výchovy? Aby bylo možné zodpovědět tuto otázku, je nutné nejprve nahlédnout na to, jak vlastně současná výtvarná výchova vypadá a co nabízí nejen starým lidem, ale i dětem, které se s ní v rámci školního prostředí setkávají nejčastěji.

## 5.1 Současná výtvarná výchova

V České republice již výtvarná výchova prošla mnoha změnami. Pro tuto práci však není podstatné zabývat se celou historií. Podstatný je zejména současný stav, který je udáván z velké míry světem současného umění a odlišným přístupem k samotné výuce.

Jak u nás, tak ve světě se začíná uplatňovat model výtvarné výchovy pracující s uměleckými díly a důraz je kladen na reflektující dialog. Školy se více přiklánějí ke konstruktivistické pedagogice. V té se ve větší míře uplatňují integrované myšlenkové procesy (interpretování, tvorba a ověřování hypotéz, argumentace v dialogu aj.), ale také způsob myšlení, který učí rozumět svým vlastním postupům i jejich sociálním a kulturním souvislostem (souhrnně lze použít termín *metakognice*). Nicméně, jak uvádí Hazuková ve svém článku *Nová pojetí výtvarné výchovy, plán a výtvarné projekty*, ukazuje se, že ve výtvarné výchově se setkáváme s nahodilostí úkolů a malou promyšleností, která vyplývá z neznalostí cílů a samotného smyslu. (Hazuková, ©2006).

Kromě příklonu ke konstruktivistické výtvarné výchově je dalším podstatným aspektem ovlivňujícím podobu výtvarné výchovy oblast *Umění a kultura* v RVP, který vznikl schválením zákona o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání roku 2004. Konkrétnější podobu toho, jak výuka probíhá lze nalézt ve školních vzdělávacích programech, které z RVP vycházejí.

Co se týče vzdělávací oblasti *Umění a kultura*, zásadní je, že bere větší ohledy na znakovost umění. Tato oblast vede děti k tomu, aby byly schopné orientovat se a komunikovat v rychle se měnícím světě, který je dnes vizuálně doslova zahlcený. Mnoho lidí vizuální podněty ve svém okolí pouze pasivně přijímá. Rozvoj v oblasti vizuální komunikace je proto klíčový, aby děti byly schopné se současnou znakovostí umění aktivně nakládat, nejen ji interpretovat, ale popřípadě se stát samotnými tvůrci na poli výtvarné kultury. Zároveň by žáci měli být schopni rozpoznávat různá vizuální sdělení, za jakým účelem jsou vytvořena a proč na nás působí tak, jak působí. To vše sedá shrnout pod pojmem *vizuální gramotnost*, ke které by žáci postupně měli dojít během vzdělávacího procesu ve výtvarné výchově.

Kromě vzdělávací oblasti *Umění a kultura* pak RVP dále rozlišuje tři obsahové domény, pod které by měl být obsah učiva rovněž členěn. Jedná se o *Rozvíjení smyslové citlivosti*, *Uplatňování subjektivity* a *Ověřování komunikačních účinků*.

*Rozvíjení smyslové citlivosti* by mělo žákovi dopomoci tříbit jeho smysly a pomoci mu je uplatňovat co se týče vnímání reality kolem něj. Výtvarná výchova by tak měla být značně různorodá, neomezovat se například pouze na kresbu a malbu. Ve výtvarné výchově je často upozadováno třeba haptické vnímání a tvorba, či zapojení sluchových vjemů atd.

*Uplatňování subjektivity* se týká zejména toho, aby žák mohl při tvorbě naplno využít svou vlastní dosavadní zkušenost a být schopný jí uplatnit v jeho výtvarných počinech. Subjektivita byla, a v mnohých případech bohužel stále je, dost potlačovaná. Na spoustě škol stále přetrvávají nástěnky zaplněné výrobky dětí, které od sebe nejdou rozeznat. Žáci by však měli mít možnost vyjádřit se tak, jak jim nejvíce vyhovuje, zapojit kreativitu a nenechat se ovlivnit učitelem či svými spolužáky. Nicméně, jak uvádí Pastorová v článku *Pojetí výtvarné výchovy v rámci vzdělávací oblasti Umění a kultura*, spousta učitelů má s tímto problémem, jelikož je nutné vymyslet takový úkol, který je variabilní ve formě zpracování, tzn., že umožňuje experimentovat. Toto je jistě nárok dostatečný, nehledě na to, že výuka nemůže stále probíhat pouze na základě experimentu. (Pastorová, ©2004)

*Ověřování komunikačních účinků* by mělo žákovi pomoci rozvíjet právě tu oblast, díky které bude schopný skrze umění komunikovat, rozlišovat jeho znakovost, ale zároveň i reflektovat, co vidí kolem sebe, či reflektovat jeho vlastní výtvarná vyjádření.

Více podrobněji není potřeba tyto oblasti či RVP rozebírat. V práci jsou nicméně zahrnuté proto, že jsou aktivně uplatňovány v současné výuce výtvarné výchovy a při obecnějším pohledu jsou zároveň poplatné nejen pro děti, ale některé principy jdou do určité míry využít také v práci se seniory.

Na závěr této podkapitoly je nutné blíže zacílit ještě na další věc, která udává podobu výtvarné výchovy. Jedná se o již zmíněné současné umění, zejména pak nová média. Výtvarné umění samozřejmě ovlivňuje do určité míry všechny, ne jenom děti. I lidé, kteří se o umění nezajímají se s ním v současnosti setkávají. Může to být ve formě ilustrací, piktogramů, různých videí na internetu či reklam v televizi apod., nehledě na to, že téměř každý má dnes přeplněný mobil či účty na sociálních sítích vlastními fotografiemi, které jsou navíc dotvářeny různými filtry, animacemi, či nápisy, což se dá také považovat za jistou formu umění. V tomto případě se samozřejmě hovoří spíše o popkultuře či tzv. *nízkém umění*, i když tento termín už je v současnosti poněkud zastaralý.

Jak už bylo zmíněno, dnešní svět je zahlcen vizuální kulturou a jejími kódy. Tyto kódy nemají smysl samy o sobě, ale pouze pokud jsou interpretovány ve vztahu k sobě navzájem a pokud je příjemce schopný jim porozumět. Proto před výtvarnou výchovou stojí úkol naučit s těmito kódy žáky pracovat, interpretovat je a také rozvíjet dovednost tvořit je. Dnes se navíc hovoří o fenoménu demokratizace umění, kdy je umění více zpřístupňováno masám. Rozvíjení vizuální gramotnosti je tedy zdá se nezbytné. Nutné je zároveň přihlížet k technologickým aspektům, která s sebou přinášejí nová média.

Stejně jako děti, také senioři žijí ve stejné době. I když zde byla řeč o výtvarné výchově na školách, je patrné, že principy její výuky jsou poplatné nejen pro žáky základních či středních škol. Z této podkapitoly vyplývá, že současná výtvarná výchova by měla dětem umožňovat orientaci v současném světě, nejen světě umění. Obzvlášť dnes je vývoj velmi rychlý, životy lidí jsou obklopeny novými technologiemi, které se neustále vyvíjejí a vznikají nové. To se pochopitelně odráží také v umění, které nás více či méně obklopuje, tedy i seniory.

Pro lidi seniorského věku může být tato skutečnost obzvlášť frustrující, protože mnozí nejsou schopni na tuto dobu tak rychle reagovat a přizpůsobit se jí. Výtvarná tvorba ale může pomoci starým lidem rozvíjet jejich vizuální gramotnost a díky tomu může být pro ně snazší orientovat se ve světě kolem nich. Poplatné jsou rovněž výše popsané oblasti, *rozvíjení smyslové citlivosti, uplatňování subjektivity a ověřování komunikačních účinků*. Zjednodušeně řečeno, zde je opět patrný princip individuálního přístupu, rozvoj komunikace a důležitost zapojení více smyslů, což může být v práci se seniory obzvlášť účinné, zejména pokud se jedná o seniory například s určitým typem demence.

## 5.2 Terapeutické aspekty výtvarné výchovy

Zatímco u dětí je nedílnou a důležitou složkou rozvoj nových dovedností (ve výtvarné výchově například naučit se míchat odstíny atd.), u seniorů je tomu trochu jinak. Lidé důchodového věku si všichni určitým typem výchovy již dávno prošli. Práce s nimi, co se týče výtvarných aktivit, by už měla cílit spíše na prožitky, proces tvorby, či trénování již naučených dovedností.

Když je pominuto tvoření například za cílem zlepšit jemnou motoriku, nebo zabavit seniory ve volném čase, výtvarná tvorba může mít i další benefity. Pro spoustu lidí může vytváření něčeho pomoci k odreagování, uvolnění stresu, navození nových pocitů, prožitků, či se navracet k těm starým.

V rámci výtvarné tvorby či výtvarné výchovy a jejích terapeutických aspektů lze hovořit o specializované disciplíně **arteterapii** a o tvořivém pojetí výtvarné výchovy, které se vykrystalizovalo v 90. letech díky Janu Slavíkovi. Jedná se o **pojetí artefiletické**.

Ačkoliv artefiletika již není ve výtvarné výchově příliš aktuální a arteterapie je psychoterapeutická disciplína, pro potřeby práce jsou zde pojmy blíže ve stručnosti specifikovány, jelikož některé principy jsou využitelné v práci se seniory.

### 5.2.1 Artefiletika

*Artefiletika* vychází z vizuální kultury a jejích projevů. Vyvíjí se od počátku devadesátých let 20. století jako výchovná a vzdělávací koncepce založená na didaktickém propojení exprese s reflexí (Slavík, 1997, s. 103). Ve svých počátcích artefiletika vycházela z kritického zhodnocení poznatků dvou hlavních oblastí: arteterapie a spontánně-tvořivého modernistického pojetí výtvarné výchovy.

V oblasti arteterapie má shodný zejména zájem o sebepoznání a na seberozvoj pomocí výtvarných činností. Zároveň lze zmínit i kultivaci žákovské osobnosti a rozvoj sociální a emoční inteligence. Artefiletika nicméně není určena k tomu, aby diagnostikovala či léčila žákovu psychiku. Nejedná se o terapii. V artefiletice jde zejména o prohloubení vzdělání a rovněž o kultivaci žákovy osobnosti. Hlavní je zaměření na žákovu tvořivost, na dialog, poznávání a vzdělávání.

Pojem artefiletika je odvozený z latinského „ars, artis“ = umění, a řeckého slovního kořene „fil“, který vyjadřuje vztah anebo příznivý postoj (např. „mít rád“). Vychází z tzv. filetického pojetí výchovy, které je založeno na respektování osobních zkušeností i potřeb žáků a směřuje tak k jejich intelektuálnímu a morálnímu rozvoji prostřednictvím reflektivní komunikace. (Artefiletika, ©2012)

Artefiletika je zaměřená na podporu prosociálního a kulturního rozvoje osobnosti. Jejím cílem je obohacování kulturního kapitálu žáků a rozvíjení jejich sociálních kompetencí za pomoci uměleckých aktivit reflektovaných v žákovské skupině.

Jedním z artefiletických principů je již zmíněné spojení exprese s reflexí. Pod tím si lze představit tvorbu a její následné poznávání. Právě reflexe je v artefiletice velmi důležitá. Jde o zpětné poznání díla a celého procesu tvorby. Toto se v artefiletice nazývá odborným termínem reflektivní dialog, který je jako hlavní nástroj poznávání a učení.

V artefiletice je dále kladen velký důraz na zážitek. Vyučující vždy navodí ve výuce určitou situaci, která je determinovaná a vymezená časem, prostorem atd., zážitek je nicméně prožíván žákem a to individuálně. Učitel situaci do jisté míry aranžuje, vnáší do ní obsahy. V artefiletice se využívá pojem výrazová hra. Žáci si pak díky zážitku z výrazové hry mohou obsah nebo jeho části přetransformovat, a tak si z celého procesu něco odnést. Důležitý je žákův aktivní vztah ke světu.

Z toho plyne, že dílo-věc, má-li být dílem umění, nachází pro žáka svůj smysl až teprve ve chvílích, kdy se pro něj stává předmětem umělecké výrazové hry. Výrazová hra dělá z lidí tvůrce nebo spolutvůrce uměleckého díla. (Artefiletika, ©2012)



### 5.2.2 Arteterapie

*Arteterapie* je definována dle České asociace arteterapie jako terapeutický obor využívající výtvarnou tvorbu k podpoře zdraví, seberozvoje a růstu. Napomáhají překonat a integrovat psychické a zdravotní obtíže prostřednictvím výtvarného kreativního procesu v terapeutickém vztahu klient – výtvor – arteterapeut. (Arteterapie, ©2019)

Stejně jako artefiletika i arteterapie využívá výtvarné umění a činnosti, nicméně arteterapie skrze ně pomáhá pozitivně ovlivňovat lidskou psychiku a redukovat psychické obtíže. Výtvarné činnosti jsou přímo určeny ke zlepšování zdraví a k celkové podpoře léčebného procesu, stejně tak jako jsou určeny i k samotné prevenci.

Samotná arteterapie se původně vyvinula ze zkoumání výtvarných výtvorů psychicky nemocných lidí s cílem lépe tyto osoby diagnostikovat. Až později se vyvinula jako samostatná disciplína za účelem přímého řešení problémů.

Arteterapie si klade za cíl kromě sebepoznání, sebevyjádření či osobnostní růst jako je tomu u artefiletiky také hlubší uvědomění sebe sama a svých problémů, řešení těchto problémů, náhled na ně. Pomáhá zpracovávat konflikty, řešit úzkost, učí, jak lépe zacházet s emocemi atd.

Arteterapie se využívá ve zdravotnictví, pedagogické oblasti i oblasti sociální. Její cílovou skupinou jsou jak děti, tak dospělí. Lze rozlišovat arteterapii individuální, skupinovou i rodinnou.

## **Shrnutí**

Kapitola stručně informovala o podobě současné výtvarné výchovy s ohledem na to, co může být využitelné v práci se seniory.

Dále se blížeji zaměřila na její terapeutické aspekty, které může výtvarná výchova mít. Zejména terapeutické aspekty mohou být pro lidi seniorského věku velmi dobře využitelné. V kapitole je tedy zmíněno tvořivé pojetí výtvarné výchovy – Artefiletika. Dále je zahrnuta i stručná kapitola o arteterapii, která ale není z hlediska nutnosti psychoterapeutického vzdělání blíže rozvedena.

Kapitola tak obecně poukazuje na to, jaké výhody mohou plynout ze zaměření se na určité aspekty současné výtvarné výchovy na poli práce se starými lidmi.

## EMPIRICKÁ ČÁST

### ÚVOD

Následující kapitoly představují výzkumnou sondu, která byla stěžejní pro celou práci. Ta zahrnuje profily tří seniorů a jejich výtvarnou tvorbu. Cílem této výzkumné sondy bylo nalézt odpověď na otázku „**Jaká jsou specifika výtvarné tvorby seniorů**“.

Na začátku je uvedeno pohlaví, věk, zdravotní a mentální stav, osobnost a zájmy a zkušenosti s výtvarnou tvorbou. Mentální a zdravotní stav není uveden do podrobností. Je blíže specifikováno pouze to, co může mít vliv na výtvarnou činnost. Nejedná se o lékařskou diagnózu. Jedná se spíše o volný popis toho, s čím se senior potýká a co bezprostředně ovlivňuje jeho každodenní život. Dále je u každého participanta zaznamenána jeho výtvarná tvorba. Je rozepsaná do struktury, která blíže specifikuje námět, nebo cíle. Poté jsou rozepsány jednotlivé fáze výtvarné činnosti jako motivace, či vlastní průběh tvorby. Níže jsou rovněž blíže popsány výtvary každého ze seniorů. Proces a výsledky tvorby jsou představeny více do detailů.

Na závěr je u každého uvedena celková reflexe z procesu, která je podrobená kvalitativní analýze prováděné za účelem hledání odpovědi na výzkumnou otázku. V reflexi jsou shrnuty poznámky z procesu tvorby a některé výpovědi jednotlivých participantů. Text je analyzován pomocí otevřeného kódování.

Ještě, než je pozornost zaměřena na výzkumnou sondu, v úvodu této části je rovněž představena tvorba některých současníků české umělecké scény, kteří se stali inspirací k vlastní autorské tvorbě, ale také k úkolům realizovaných se seniory.

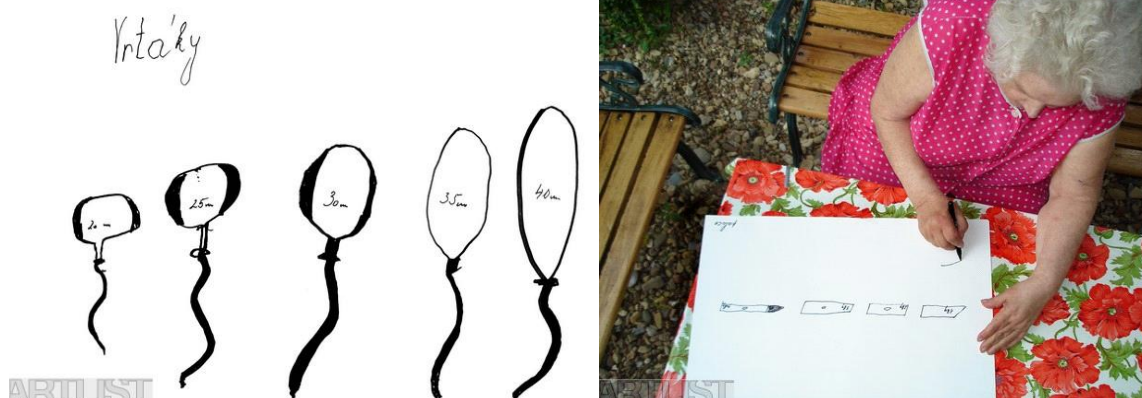
Autorská tvorba je zahrnuta v úplném závěru empirické části. Jejím hlavním účelem bylo ještě konkrétněji přiblížit účastníky empirického výzkumu. Holá data a fakta mohou být značně odosobněná. Ačkoliv se v této práci jedná o výzkum kvalitativní, tudíž se ho nezúčastnilo množství anonymních aktérů, i přesto obrázek o nich nemusí být z uvedených informací zcela dostačující.

Autorská tvorba nabízí bližší nahlédnutí na prostředí, ve kterém se jednotliví senioři nachází, na věci, které je obklopují. Celou diplomovou práci provázal fakt o nutnosti individuálního přístupu. Díky autorské tvorbě je individualita každého ze seniorů maximálně zachycena.

## 1. STÁŘÍ V UMĚNÍ

Na následujících řádcích jsou stručně nastíněny projekty či výtvary, které se týkají seniorů, ke kterým představovaní autoři měli určitý osobní vztah. Jsou zde ukázány více či méně osobní až intimní náhledy přímo do rodin umělců.

### 1.1 Kateřina Šedá



*Je to jedno, 2005-2007*

Umělkyně Kateřina Šedá je nejen v českém prostředí známá díky mnoha sociálním projektům, které úspěšně zrealizovala. Do širšího podvědomí se dostala v roce 2005, kdy získala Cenu Jindřicha Chalupického, který se stal jedním z inspiračních východisek této práce. Jedná se o projekt *Je to jedno*.

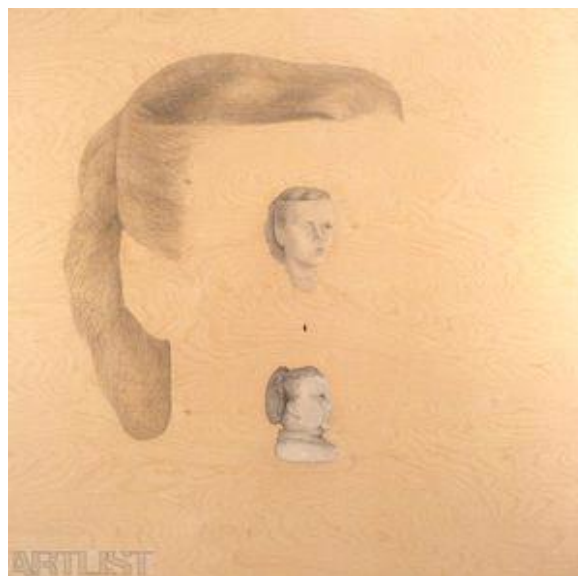
Stejně jako u dalších jejích projektů, také zde šlo o jakýsi sociální experiment. Projekt zahrnoval osobu, která s uměním nemá nic společného a odehrával se rovněž ve zcela neuměleckém prostředí. Do projektu je v tomto případě zapojena autorčina babička. I v tomto případě bylo jedním z hlavních motivů experimentu vytržení ze stereotypu a sociální izolace, do které se babička Šedé dostala. Jak sama autorka uvádí na svém webu u tohoto projektu: „*Moje babička Jana (\*1930) se posledních pět let stala hlavním tématem naší rodiny. Přes svou celoživotní aktivitu se rozhodla, že odchodem do důchodu končí veškerá její činnost.*“ Toto bylo hlavním motivem, proč se nakonec Šedé podařilo její babičku vyprovokovat k činnosti, ve které našla nový smysl života. Umělkyně jí odtrhla od televize, která se stala jejím jediným přítelem a donutila jí k tomu, aby začala něco dělat. Ač byla její babička naprosto soběstačná, upadala do letargie a nejevila o nic zájem. Projekt Šedá nazvala *Je to jedno*, protože, jak sama uvádí,

právě toto byla nejčastější věta, kterou jejich babička na ní a další rodinné příslušníky používala v reakci téměř na všechno.

Šedá zareagovala na potřebu babičky stále se navracet do minulosti a rozhodla se využít jejích vzpomínek ze zaměstnání, kde trávila třicet tři let svého života. Jednalo se o vedoucí skladu nástrojů v domácích potřebách v Brně. Jak umělkyně zjistila, babička si stále pamatovala jednotlivé druhy zboží včetně cen, kterých bylo více než šest set padesát. Jak Šedá řekla: „*Na základě toho mě napadlo pokusit se obchod, alespoň obrazně, znovu postavit a tak ji do práce vrátit... Nejenže se mi podařilo pro babičku najít smysluplnou činnost, ale zároveň přitom zmizela její osudná věta, což byl také podstatný důvod celého projektu.*” (Kateřina Šedá, ©2005)

Díky tomuto projektu Kateřiny Šedé je vidět, jakým způsobem lze pracovat se starým člověkem. Projekt Šedá později ještě rozvíjela formou různých dotazníků atd., nicméně tato kresebná část je stěžejní. I když se jednalo ze strany umělkyně o zcela jednoduché zadání, efekt, který to na její babičku mělo, byl úžasný. (Artlist, ©2009)

## 1.2 Petr Nikl



*Babička, Dědeček, 1992*

Petr Nikl je umělec, který svou tvorbou zasahuje do mnoha žánrů. Od maleb obrazů či kresby se u něj setkáváme i s performancí, zpěvem, nebo divadlem, přičemž je schopný tyto umělecké formy mistrně kombinovat. Je také autorem několik knih, které si sám ilustroval a získal za ně mnohá ocenění.

Jako inspirační východisko v této práci jsou použity dvě Niklovy malby s názvem *Babička* a *Dědeček*. Umělec se často ve své tvorbě navrácí ke vzpomínkám na dětství, které pro něj sehrálo podstatnou roli, co se týče jeho umělecké kultivace. U některých jeho děl jsou patrné reminiscenční tendence propojené s výraznou jemností a kultivovaností uměleckého projevu. Obrazy jsou plné něhy, laskavosti, často jsou velmi subtilní.

Právě v 90. letech vznikl cyklus obrazů, který se cíleně navracel do jeho dětství. Umělec zachytil v obrazech sám sebe díky fotografiím, které pořídili jeho rodiče. Zároveň ale zapojil také kresby, které sám jako malý chlapec vytvářel a kde zpodobňoval členy své rodiny, zejména matku, ale právě i své prarodiče. Výsledkem jsou tak obrazy, které citlivě spojují kresebné prvky s malířskými zásahy. Obrazy *Babička* a *Dědeček* jemně zachycují oba umělcovy prarodiče. Technika maleb dokonale zachycuje náladu vzpomínky, zachycuje její prchavost a mlhavost, se kterou si ji člověk v hlavě po čase vybavuje. I když se v tomto případě nejedná o stěžejní dílo Niklovy tvorby, pro tuto práci posloužili jako zajímavé inspirační východisko, jak lze citlivě zachytit blízkou osobu.

### 1.3 Roman Týc



*Babička R.I.P., 2009*

Roman Týc je známý především díky uměleckému uskupení Ztohoven, jehož je jedním ze zakládajících členů. Zároveň je i spoluzakladatelem centra pro alternativní kulturu Trafačka. Roman Týc se samozřejmě věnuje i vlastní tvorbě. Zajímají ho otázky veřejného prostoru, na který reaguje v podobě mnoha akcí, řeší problematiku legality a illegality zásahů do něj. Dále se věnuje hodně i videoartu, přičemž klade důraz na autenticitu, kvůli které se navrácí k analogovým technikám.

Právě autenticitu lze spatřit také v jeho videosnímku *Babička R.I.P.* Částečně se jedná o video, fotomontáž a animaci. Video v sobě zahrnuje autentickou zvukovou stopu a můžeme díky němu nahlédnout do pokoje, který patřil umělcově babičce. Video je velmi jednoduché, intimní. Ač se jedná o jednoduchou myšlenku a provedení, celý snímek přirozeně plyne a vtahuje diváka do atmosféry pokoje. Na videu je zachycen prostor celého pokoje, záběr se pomalu přesouvá po pomyslné lince z jedné části do druhé. Během toho je možné sledovat malé drobnosti, které utvářely umělcově babičce život. Divák nikdy nemůže spatřit nic jiného než to, co se nachází v omezeném záběru kamery, nelze spatřit celý pokoj ze vzdálenější perspektivy. Do toho je možné naslouchat různým zvukům, jako například cinkání talířů a šelest příborů, bzučení starého kávovaru či pištivý zvuk zapnuté mikrovlnné trouby, která zrovna oznamuje, že jídlo je připravené. Všechny tyto zvuky skoro až navozují pocit, jako by babička byla v pokoji stále přítomná. Tento pocit divákovi navozuje také fotomontáž její vlastní osoby, která se na chvíli v jednom záběru objeví. Video je tak velmi intimním náhledem do jejího života.



#### 1.4 Anna Hulačová



*Babička, 2010*

Anna Hulačová je výraznou osobností současné sochařské scény. Byla nominována i na Cenu Jindřicha Chalupického. Z její tvorby je na první pohled patrná důležitost tradic a rituálů. Hulačová často čerpá z prostředí venkova a tamních lidových tradic. Sama na vesnici vyrůstala, proto je estetika jejích děl tímto silně ovlivněná.

Dalším patrným prvkem jejích děl je kombinace rozličných materiálů. Sochařka často experimentuje a spojuje materiály technické s přírodními. Často využívá dřevo, vosk, obilí nebo i medové pláty. Kromě rozličných kombinací materiálů navíc z jejích děl vyzařuje minulost, která se snoubí s budoucností v dialogích člověka a univerza, nebo člověka s přírodou. Hulačová je velmi kreativní a inovativní, a to je vidět i na díle *Babička*, které je vybráno jako jedno z inspiračních východisek v této práci.

Bustu *Babička* vytvořila Hulačová ještě během studií na AVU. Při bližším pozorování si divák může povšimnout estetického zdobení obličeje sochy, která v něčem může připomínat až rituální masku. Během tvorby autorka využila tvořítka na cukroví, což už samo o sobě odkazuje na tradice. Samotná socha je tvořená ze dvou druhů hlíny a místo vlasů jsou využita stébla



obilí. Jak Hulačová uvedla, dva druhy hlíny symbolizují dvě země. Jedna, kde babička prožila svůj život, tedy půda rodná a druhá, kam se přestěhovala po svatbě.

U Hulačové je vidět další zajímavý příklad zpracování námětu se starým člověkem. V případě její busty je cítit silná symbolika, napojení na minulost, cit a úcta k tradicím. Socha na první pohled nemusí ve svém projevu působit příliš přívětivě. Vlasy naznačené obilím trčí do všech stran, pod nimi se skrývá přísný výraz. Z bližšího pohledu je ale patrná změna. Detailní a citlivé zpracování tváře pomocí ornamentů, které evokují vrásky, nebo oči babičky upřené do dálky, ve kterých divák může vnímat až jakousi něhu.

## 1.5 Michaela Pospíšilová Králová



*Uprostřed času*

Fotografka Michaela Pospíšilová Králová je absolventkou VOŠ Hellichova a dále Institutu tvůrčí fotografie v Opavě. I když se věnuje také jiným uměleckým technikám, nejvíce se zabývá fotografií. K té se postupně propracovala na základě vlastní tvorby ilustrací, kdy fotografie používala jako podklad a následně z nich tvořila různé koláže. Tato kolážovitá forma je vidět na snímcích z jejího cyklu *Uprostřed času*. Sama fotografiím připisuje funkci lidské paměti. I toto byl pak jeden z impulzů k vytvoření zmíněného cyklu.

Na fotografiích divák může spatřit propojení snímků z rodinných alb samotné autorky, které zahrnují fotografie jejích rodinných příslušníků po několik generací. Ty pak spojila se snímky jí samotné, či její rodiny. Fotografie zachycují zvláštní kontinuitu času ve snové podobě, v méně či více určitých prostředích. Autorka srovnává a konfrontuje podobná gesta nebo činnosti svých prarodičů či sourozenců. Vše je pak doplněno také o nenápadné odkazy na jejich rodinnou tradici. Navíc se snaží díky cyklu fotografií upozornit na zodpovědnost k předchozím i následujícím generacím.

Cyklus *Uprostřed času* je krásnou ukázkou mezigeneračního porozumění. Zajímavou formou je možné sledovat podobnosti a rozdílnosti různých generací a lze si uvědomit, že i senioři bývali mladí a v mnohém se nelišili od současné generace. Velmi citlivou formou fotografie spojují poezii všedního života několika generací a diváka přenáší do smyšleného světa, kde se jednotliví aktéři na fotografiích zdánlivě setkávají. Je však patrné, že i když jsou na stejném snímku, autorka zanechala pomyslnou časovou hranici tím, že lidé na snímcích spolu vlastně nikde neinteragují. Jsou na nich rozmístěni spíše jako by se pouze míjeli. (Leicca gallery, ©2013)

## **2. ZNÁMÁ MÍSTA**

### **2.1 Osobní anamnéza**

**Jméno:** Květa N.

**Pohlaví:** žena

**Věk:** 82

**Zdravotní a mentální stav:** K rapidnímu a výraznému zhoršení fyzického i mentálního stavu došlo po smrti manžela. Nastal úpadek do letargie, neschopnost samostatně se postarat o vlastní osobu, k čemuž došlo i na základě několika úrazů spojených s pády. Takový stav přetrvával několik měsíců, než začalo docházet ke zlepšování. V současné době kvůli špatnému zdravotnímu stavu klientka žije v domově pro seniory, jelikož rodina nemá dostatek prostředků pro trvalé zajištění domácí péče. Paní Květa není schopná samostatné chůze vinou dlouhodobé nemoci a několika zlomenin, které v průběhu času utrpěla. Velmi těžce nese, že není zcela samostatná. V důsledku toho došlo k úpadku věnování se jejím zájmům, časté rozmrzelosti a depresivním stavům. Paní Květa rovněž zcela vytěsnila některé události nebo i to, jak vypadají různá místa včetně jejího bydliště.

**Osobnost, zájmy:** Velmi hodná, pečující, starostlivá. Během života se věnovala především manuální práci, následně i péči o rodinu. Během života ráda pracovala na své zahradě, četla. Mezi její zájmy patřilo i šití či pletení, od kterého postupně upustila, zejména kvůli zhoršujícímu se zdravotnímu stavu. V současnosti se mnoha činností nevěnuje, nejčastěji sleduje televizi, někdy čte či luští křížovky. Je patrný veliký úpadek zájmu o různé aktivity spojený také s lenivostí a nedostatkem zájmu. Poměrně pravidelně se zúčastňuje akcí pořádaných domovem seniorů, kde momentálně žije, samostatně se však činností příliš nevěnuje, i když na ně má dostatek času i prostoru.

**Přechozí zkušenosti s výtvarnou činností, zájem o výtvarné umění:** S výtvarnou činností bylo setkávání především během docházky do základní školy. Mimo výuku výtvarné výchovy neprojevovala hlubší zájem o výtvarnou činnost, nicméně na hodiny výtvarné výchovy má veskrze pozitivní reakce. Během jednoho ze sezení se paní Květa rozpovídala o tom, že jednou vyhrála soutěž o nejlepší výtvar na téma „Nejoblíbenější místo“. Tehdy kreslila oblíbenou

krajinu nedaleko rodného domu, kam si často chodívala hrát. Přesto je u ní patrný stereotyp o vytvoření „hezkého“ obrázku, který se během tvorby projevoval.

Autorskou tvorbu mimo školní výuku a v pozdějším věku neprovozovala. Zájem obracela k rukodělným činnostem, jako pletení a šití, což byla zároveň součást její profese.

Zájem o umění z její strany vyplynul spíše jako povrchní, laický. Blíže o umění nikdy neprojevovala zájem. Pokud ano, pozornost zaměřovala převážně na umění zobrazující, tedy realistické. Abstraktnímu a současnému umění nerozumí, nepovažuje ho dle jejích slov ani za umění.

## 2.2 Výtvarný úkol

**Námět:** Znamá místa

**Důvod zvoleného námětu s ohledem na osobu seniora:** Námět týkající se známých míst byl vybrán především proto, že paní Květa po událostech blíže specifikovaných výše zcela vytěsnila určité vzpomínky. Nebyla například schopná vybavit si ani místo bydliště, kde s manželem prožili dlouhá léta a které navíc sami společně vybudovali. Tvorbou a rozhovory na toto téma se jednalo o reminiscenční proces s cílem pomoci si vybavit některé ze vzpomínek.

(Jednalo se tak na základě ujištění, že paní Květě nevadí si některé věci vybavit a vzpomínat na ně a také s ohledem na velmi dobrou znalost její osoby, jelikož se jedná o rodinného příslušníka).

**Cíle:**

- Hlavní cíl – vybavení si vzpomínek na základě kresby
  - trénování kognitivních funkcí (pozornost, koncentrace, paměť, schopnost vyjadřování atp.)
- Dílčí cíle – rozvoj motoriky
  - kvalitní výplň volného času

**Použité metody, sběr dat:** rozhovor, reminiscence, kresba

Prostředkem sběru dat byl polostrukturovaný rozhovor. Posláním rozhovoru bylo získat co nejpodrobnější výpověď ohledně osoby respondentky, jeho vztahu k umělecké tvorbě a zkušenostem s ní. Dále osobní náhled na výtvarné umění jako takové.

Reminiscence zde byla využita jako metoda pro lepší ponoření se do vzpomínek, které se staly předmětem kreseb.

Kresba sloužila k zachycení těchto vzpomínek a zároveň jako metoda, díky níž si respondentka lépe mohla vybavit různé události či detaily jednotlivých zachycovaných dějů.

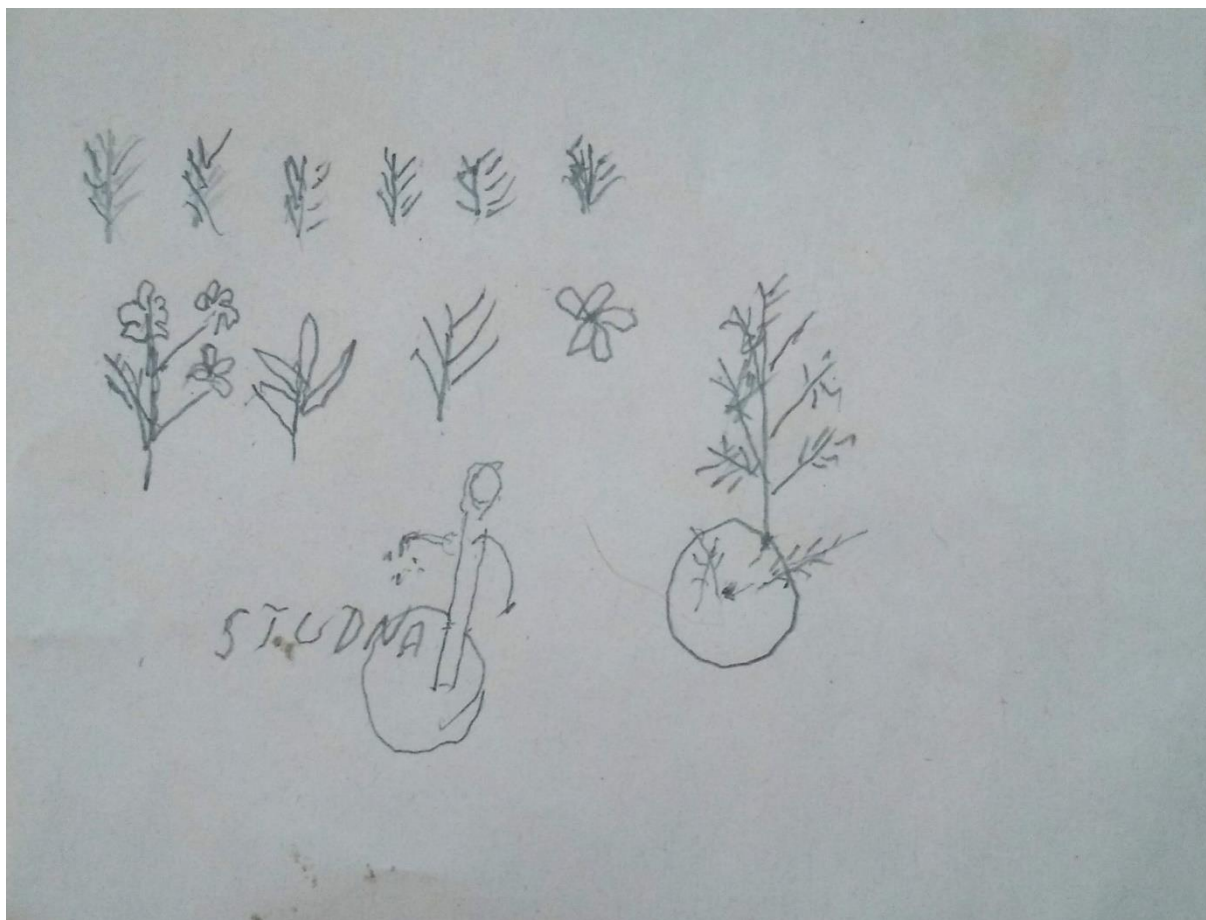
## 2.3 Fáze výtvarné činnosti

**Formulace zadání výtvarného úkolu (s využitím sloves):** *Zkus si se mnou rozpomenout na dům, kde jste s dědou bydleli. Jak vypadá zahrada, když projdeš brankou? Jak to vypadá za vchodovými dveřmi? Zkus si vzpomenout na pokojík, kde jsi spala. Jestli se ti nevybavuje vnitřek, zkus si vzpomenout na to, jak vypadá zahrada, kde je tvoje skalka, kde je rybníček ... Co se ti vybaví zaznamenej pomocí kresby na papír.*

**Průběh realizace úkolu:** Po úvodním rozhovoru se paní Květa postupně začala rozpomínat. Vést dialog bylo vždy nutné během celého procesu kresby. Během hovoru kreslila, postupně se od dialogu přešlo k monologu, kdy paní Květa začala vyprávět své vzpomínky, mnohdy úplně vzdálené tomu, co začala původně kreslit. Už během procesu probíhala průběžná reflexe toho, co zatím vzniklo. Výsledkem jsou kresby tužkou na malý formát papíru, které jsou detailněji popsány níže.

## 2.4 Proces a podrobnější analýza tvorby

### Zahrada I., Zahrada II.



První sezení se hodně týkalo zejména procesu reminiscence, při které se vedl rozhovor o místě jejího bydliště a o vzpomínkách s ním spojených. Bylo patrné, že pro paní Květu bylo obtížné si rozpomenout a vybavit si optickou podobu místa. V hovoru navazovala na různé události a vzpomínky, pokud ale došlo na popis konkrétního místa, nebyla schopná si vzpomenout.

Postupně se tedy dialog zaměřil spíše než na samotný dům na zahradu kolem, protože pro paní Květu nebylo tak problematické si zahradu vybavit. Postupně se chopila tužky a začala črtnat první místo.

Vybavila se jí studna, která je hned vedle přístupové cesty k domu a naproti vchodovým dveřím. Ze začátku procesu paní Květa tužku několikrát odložila se slovy, že kreslit neumí a že to bude „ošklivé“. Když ale vnímala pozitivní zpětnou vazbu a přestala se soustředit tolik

na proces samotného kreslení, více se uvolnila. Postupně se víc vžila do rozhovoru a sama se rozpovídala. Tužkou automaticky začala kreslit a v momentě, kdy se přestala bát toho, že něco pokazí, přestala se jí tolik třást ruka.

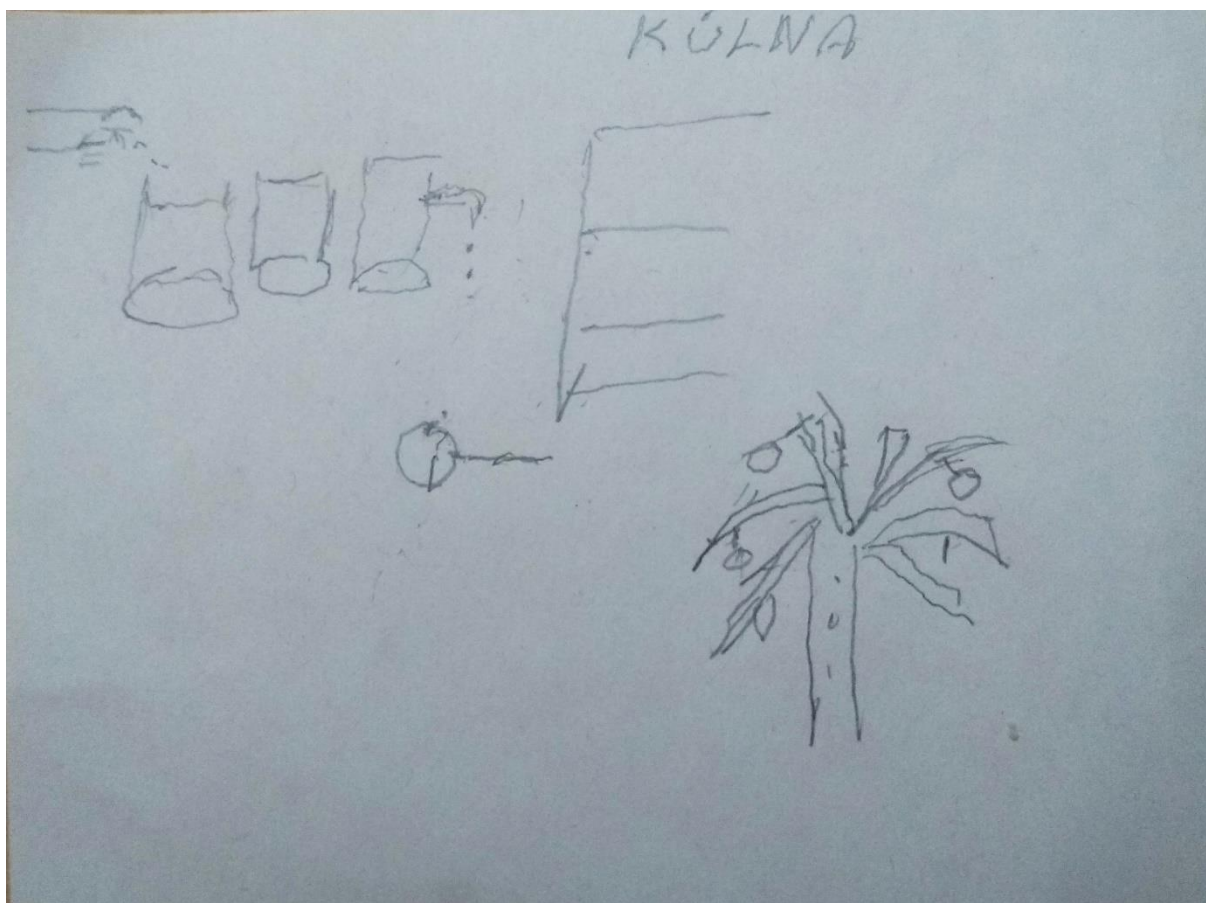
Často mluvila konkrétně o věci, kterou zrovna kreslila. Tahy v podstatě kopírovala svá slova a převáděla je na papír pomocí kresby. Někdy se od konkrétního místa odpoutala a začala více vzpomínat spíše na nějaké události.

První kresba, kde lze vidět studnu a část zahrady je na papíře poměrně neukotvená, bez zjevné kompozice a bez většího přemýšlení o rozmístění předmětů. To zapříčinilo i to, že paní Květa kreslila jednotlivé předměty postupně tak, jak o nich mluvila a jak se na ně rozpomínala. Kresbu spíše vrstvila podle toho, co si vybavila. Neměla v hlavě prvotní obraz toho, co chce kreslit.

Rovněž lze sledovat zajímavou skutečnost, že část je nakreslena z ptačí perspektivy. Je možné spatřit i popis některých předmětů, který vyplýval z obavy, aby divák věc rozpoznal.

...





Druhá kresba, která během tohoto sezení vznikla představuje další část zahrady. I na této kresbě lze vidět nápis, který představuje popis toho, co je na obrázku. Paní Květa zachytila kůlnu a sudy s okapem, pařez na sekání dřeva se sekerou a jabloň, která roste kousek od kůlny.

Na této kresbě je rovněž patrné nazírání z více úhlů. Paní Květa nejprve začala kreslit sudy, které jsou z části zachyceny z nadsledu a částečně je zachycen čelní pohled. Během kresby opět vykládala to, co zrovna dělala. Pro lepší názornost se pokoušela zachycovat detaily, jako například vodu, která teče z okapu skrz sudy a z posledního vytéká na zem. V tomto případě šlo spíše o názornou ukázkou a podpoření toho, co zrovna kreslila. Byla patrná nejistota, paní Květa měla potřebu stále se ujišťovat, že lze rozpoznat, co právě udělala.

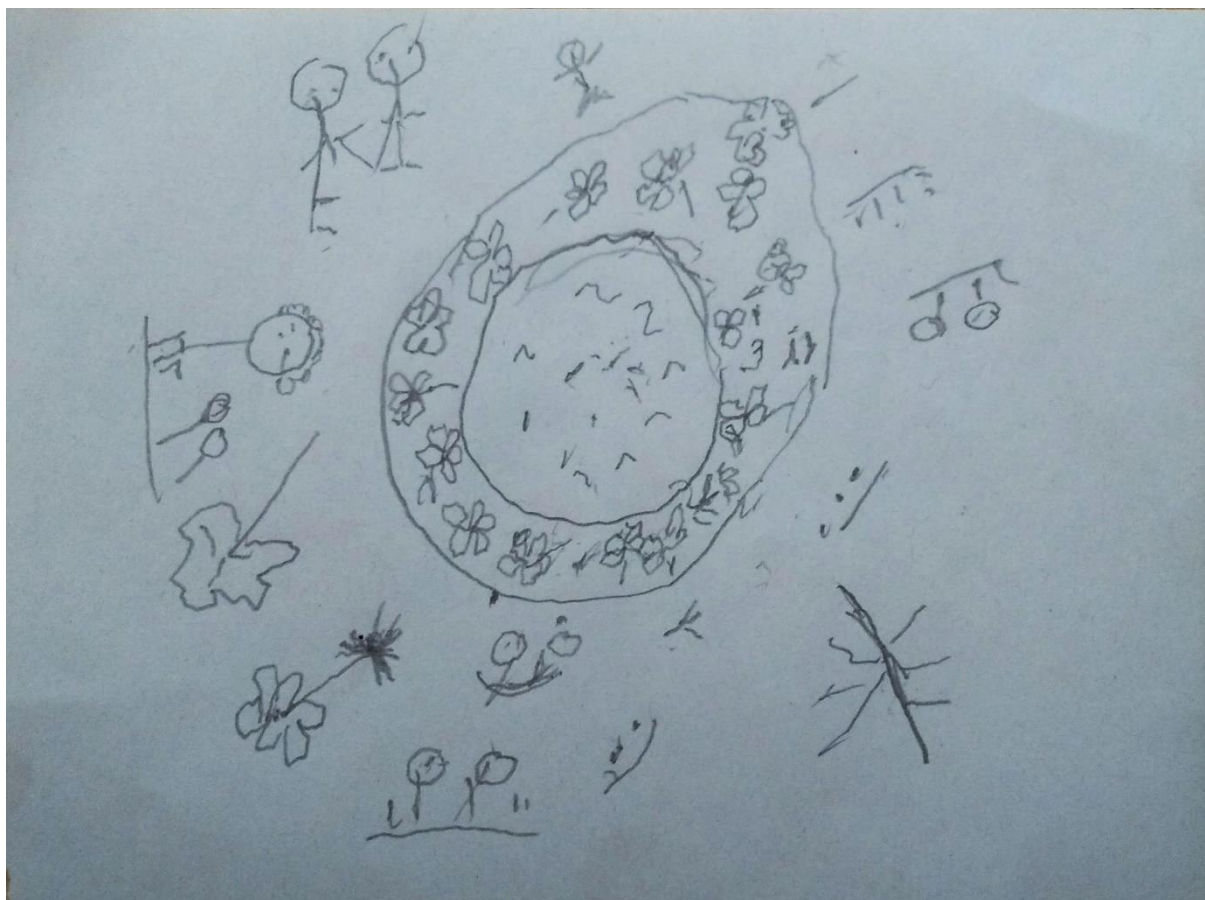
Jako další nakreslila kůlnu, kterou pouze naznačila pomocí několika vertikálních čar. Působí na jedné straně nedokončeně. Kůlna je v reálu z tohoto úhlu pohledu zakrytá částečně jabloní. Během rozhovoru odpověděla na otázku, proč kůlnu nedodělala tak, že za jabloní není vidět, jak stavba pokračuje. Je zajímavé, že i když paní Květa ví, jak kůlna vypadá i z jiných úhlů, přesto jí nedodělala, protože v mysli měla pouze určitý výsek reality, který chtěla zachytit. Na obrázku

Ize tedy vidět snahu o přesné zachycení toho, co si představovala, na druhou stranu nejistotu, jak to zachytit. Jabloň je nakreslená až kousek vedle. Zde je znovu patrný stejný princip. Jabloň se opravdu nachází blíže k divákovi, zatímco sudy nejdále. Proto je zde zachycená prostorová posloupnost. Na druhou stranu jabloň by dle slov a popisu paní Květy měla překrývat kůlnu, což se v tomto případě neděje. Na otázku, proč je jabloň tak daleko od kůlny odpověděla: „*Takhle to vypadá líp*“. Nakonec se pokusila o ještě větší zdůraznění toho, že se jedná přímo o jabloň a dokreslila jablka.

Na závěr nakreslila opět i za verbálního doprovodu špalek na sekání dřeva. Ten je vyobrazen z pohledu ptačí perspektivy. Čára, která od něj vede, má představovat sekýru, menší čára poleno. Zde se paní Květa nesnažila už tolik o realistické zachycení, čárami spíše doprovázela svůj komentář a naznačovala, o čem mluví: „*Tadyhle na tom je přece sekera, tady se sekalo dříví*.“ Během toho kreslila poleno a drobnými tečkami, které jsou patrné na horním okraji kruhu naznačovala, že tam přesně se špalek vždycky rozštípnul na menší kusy.

Nakonec dopsala nad kůlnu nápis „kůlna“, aby bylo opravdu patrné to, co nakreslila. Během celého procesu, i během první kresby byla patrná určitá křečovitost, neobratnost a nejistota. Během rozhovoru často označovala věci pouze jako „tadyhle to, tenhle, tohle...“. Bylo vidět, že si nemůže rozpomenout na některá označení. Při opětovném dotazování, jak se předměty nazývají si postupně slova vybavila. Na závěr byla cítit jistá úleva, jak z dokončení celého procesu, tak z pozitivní zpětné vazby.

## Rodinné setkání, Výlet



Během druhého sezení vznikly další dvě malé kresby. Na začátku procesu měla tentokrát volnější ruku s výběrem tématu, aby se během kresby necítila pod tlakem, že musí dělat něco, co nechce.

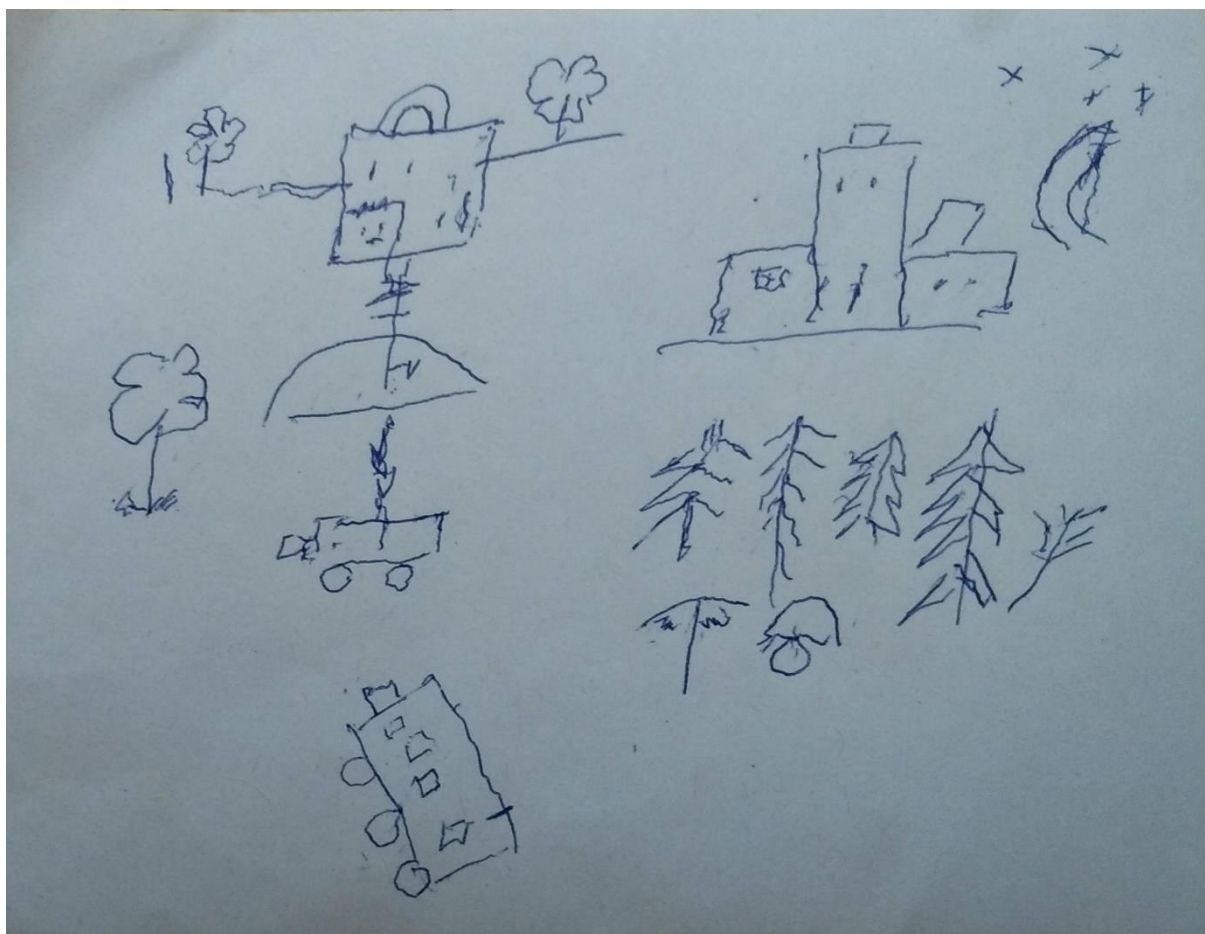
Před začátkem kresby následoval krátký motivační rozhovor. Zahrnoval vzpomínky na to, co kreslila naposledy a kde by chtěla navázat. Během rozhovoru o kresbách zahrady se paní Květa rozpomněla na jednu událost, která se před lety na zahradě odehrála. Rozhodla se, že se pokusí ji nakreslit.

Tvorba probíhala podobně jako minule. Během dialogu vznikala kresba, která se postupně vrstvila podle toho, na co si paní Květa zrovna vzpomněla. Bylo nicméně vidět, že už má mnohem jasnější představu toho, co chce kreslit, neměla tolik obtíže s vybavováním a ani se při kresbě tolik nezadrhávala.

Vzniklá kresba zachycuje setkání s rodinou, které obnášelo dlouhé sezení na zahradě, povídání si, opékání jídla nad ohništěm atd. To všechno popisovala paní Květa během kreslení. Často

nevěděla, jak má něco nakreslit, především postavy. Opět se občas vyjadřovala slovy jako „to neumím“, ale už se tolik nebála, že něco pokazí. Důležitou roli zde znovu sehrávala pozitivní a průběžná zpětná vazba. Na papíru tak postupně vznikl kulatý záhon zachycený z ptačí perspektivy a kolem něj květiny, stromy a postavy. Některé výjevy se nacházejí vzhůru nohama a kopírují tak záhon viděný z nadhledu.

...

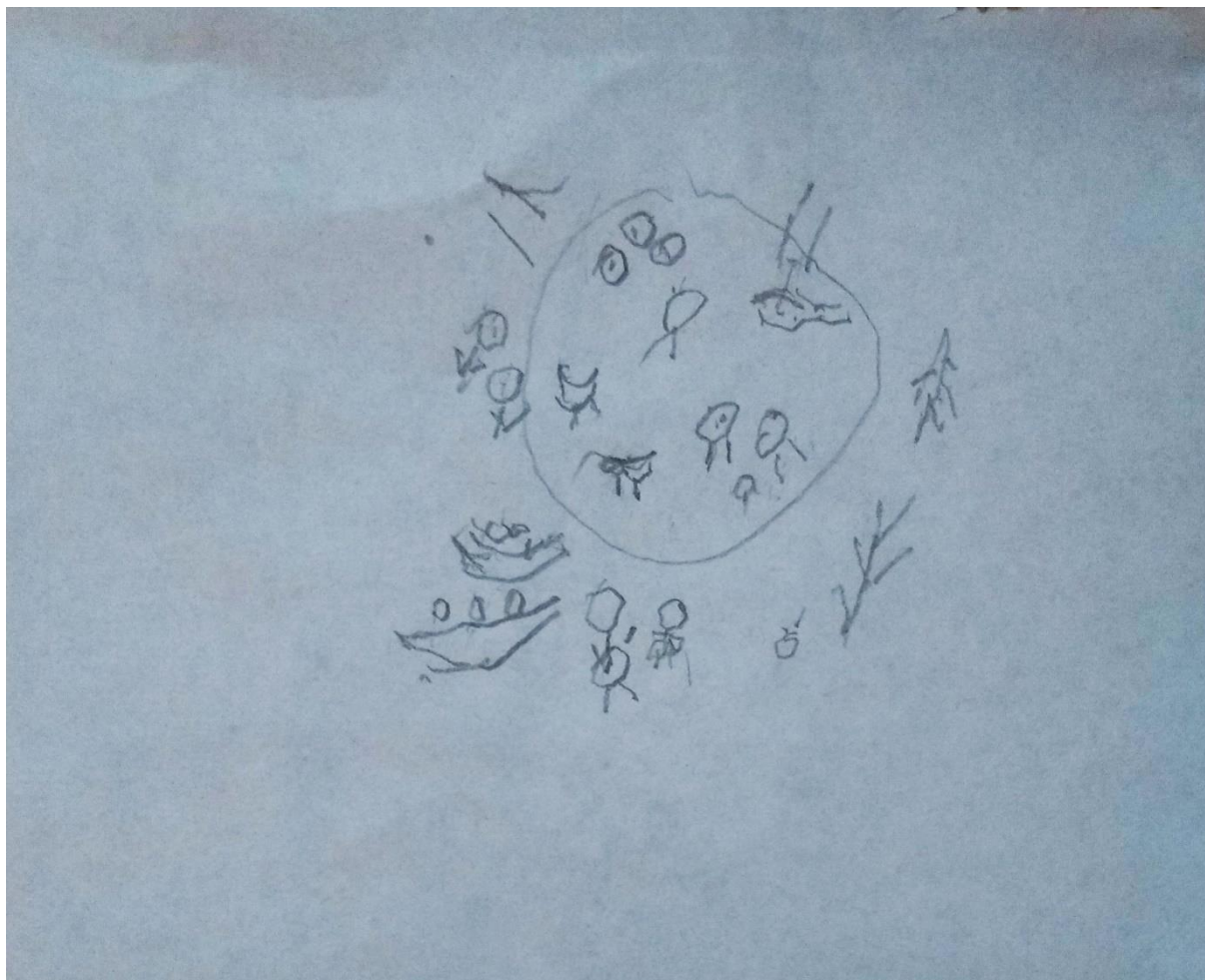


Druhá kresba vznikla na popud paní Květy ten samý den, ale později, když si nezávisle na kreslení vzpomněla na jednu historku z výletu. Nebylo třeba přílišného pobízení a během vyprávění vzpomínky vznikla další kresba.

Na obrázku lze spatřit několik výjevů, které vznikaly postupně během toho, jak se odvíjel vyprávěný příběh. Vzpomínkový proces byl někdy útržkovitý, proto se nedá mluvit o promyšlené kompozici. Spíše se jedná o více malých kreseb propojených na jednom papíru. Na obrázku je výjev z hledání hub v lese, cesty na hrad a pak samotný hrad. Kresba už není z pohledu ptačí perspektivy. Na některých čarách je patrné, že ruka se při kresbě tolik netřásla.



## Rybník

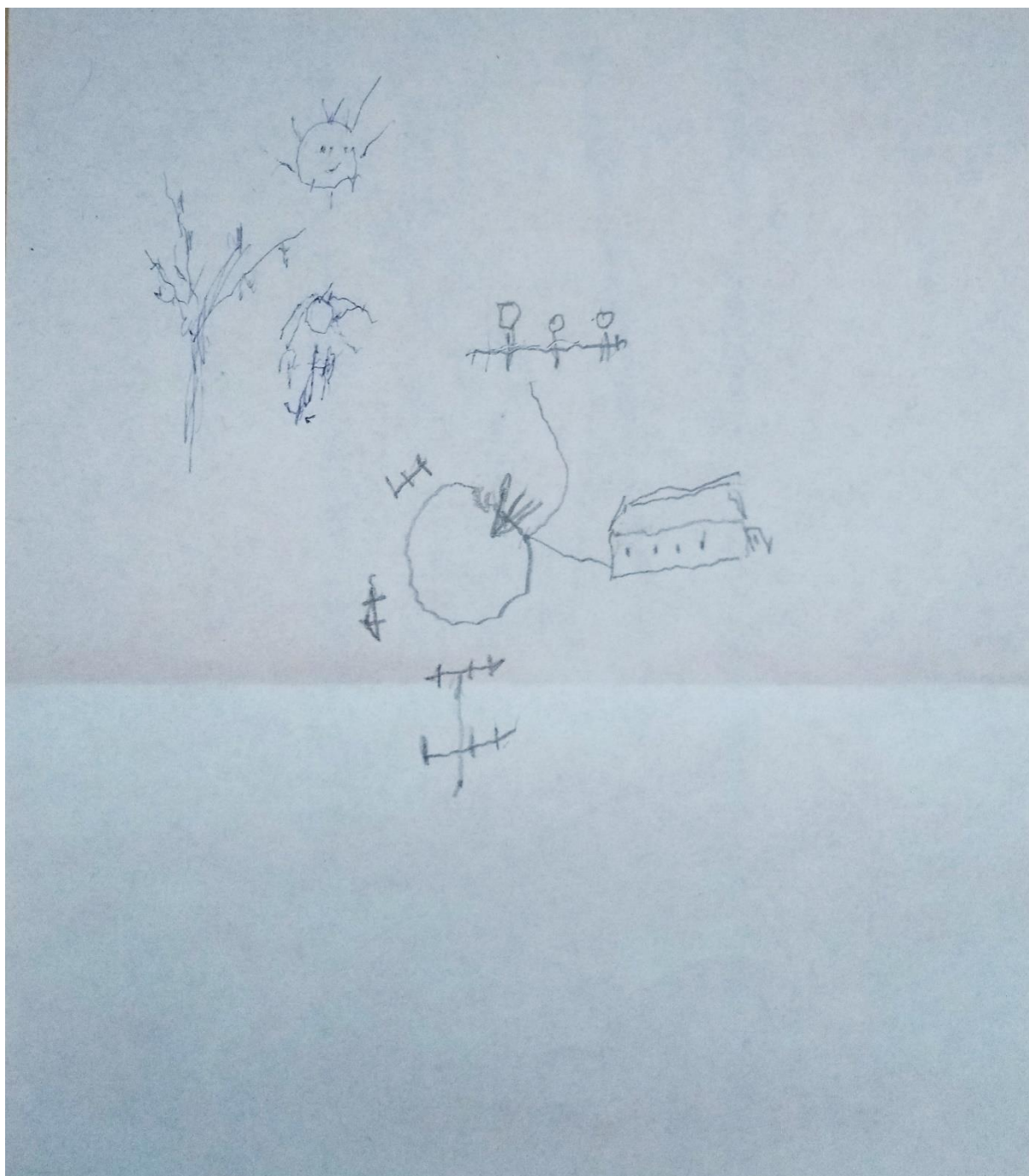


Během třetího setkání vznikla pouze jediná kresba. Paní Květa nebyla v dobré náladě a do tvoření se jí příliš nechtělo. Během procesu kresby bylo vidět, že si je nejistá, také byla poměrně rozmrzelá. Kresba vznikla poměrně rychle. Během tvorby se neodehrál příliš dlouhý vzpomínkový dialog.

Kresba zachycuje výjev od rybníka, kam se často paní Květa jezdívala koupat s rodinou. Rybník, stejně jako např. záhon z kresby z minulého sezení, je z ptačí perspektivy. I přesto, že paní Květa neměla na kreslení ani přílišné vzpomínání chutí, kresba obsahuje mnoho detailů, jako živočichové v rybníce, lidi v lodkách apod. Při snaze o uklidnění, že se nic neděje, pokud již kreslit nechce a proces jí není příjemný se dokonce ohradila slovy: „*Ještě mi to nech, ať to dodělám.*“

I když během třetího sezení vznikla pouze jedna kresba, z procesu bylo patrné, že paní Květa nevytváří už výkresy tolik z „povinností“ něco udělat, ale že už jí více záleží na tom, jak vypadají, ráda věnuje čas tomu, aby byla s výsledkem sama spokojená.

## Útržky vzpomínek



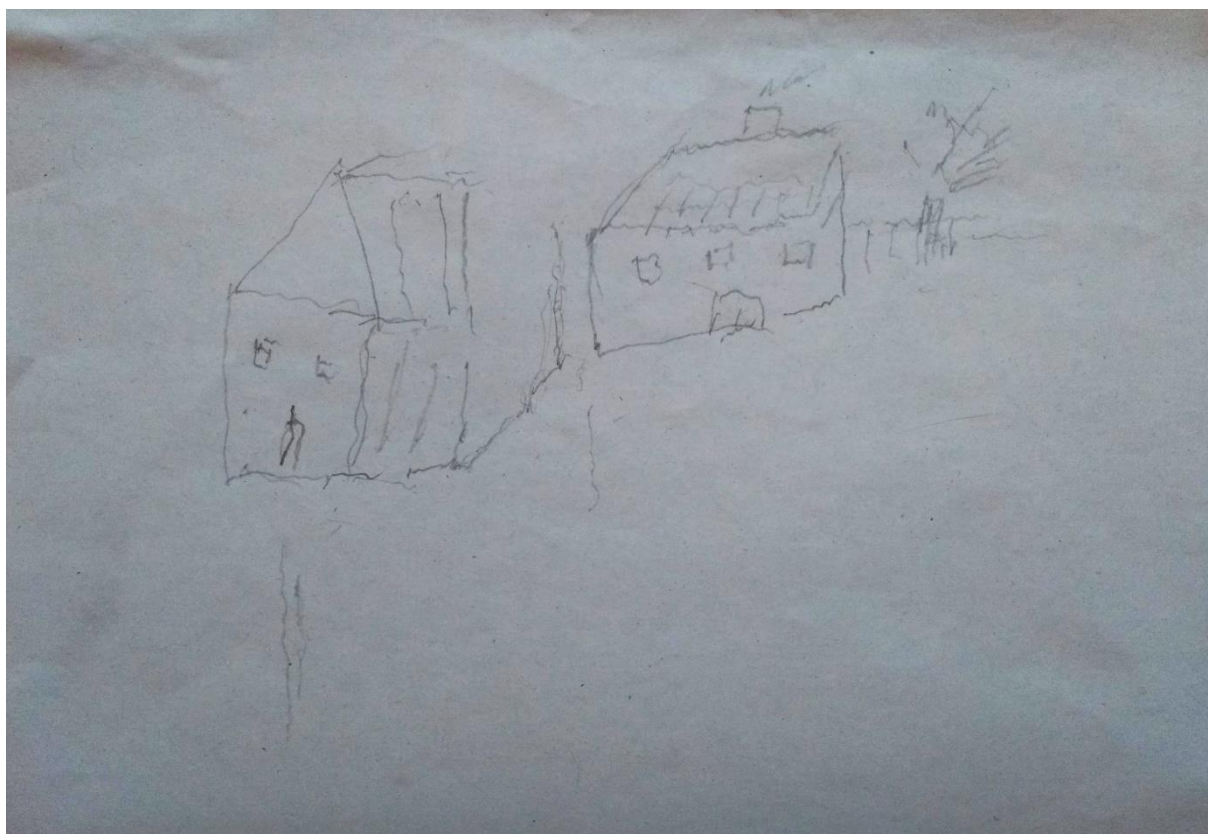
Čtvrté setkání bylo poměrně krátké, proto vznikla pouze jediná kresba. Proces a výsledek se příliš nelišil od setkání předchozích. Na základě rozhovoru se paní Květa samostatně ujala iniciativy a začala kreslit věci a události, o kterých se zmiňovala během povídání.

Na kresbě lze opět spatřit postavy, které se mimo jiné paní Květa bála v začátcích kreslit a záměrně se jim vždy vyhýbala. Postava vlevo nahoře vedle stromu je dokonce zachycená v pohybu. Ostatní jsou statické, stejně jako ty, co vznikly na kresbě z minula, ale u této je patrná změna. Není sice tak jasně čitelná, nicméně paní Květa vložila do její kresby velké úsilí

a zároveň i překonala svůj strach z toho vůbec něco podobného zobrazit. Kresba kráčející ženy je značně rozechvělá, ale oproti ostatním je mnohem více dynamická.

Zajímavým a poněkud úsměvným detailem na kresbě je klasický grafický typ usměvavého sluníčka v levém horním rohu, který si paní Květa udržela ještě ze školních let.

### Rodinný dům



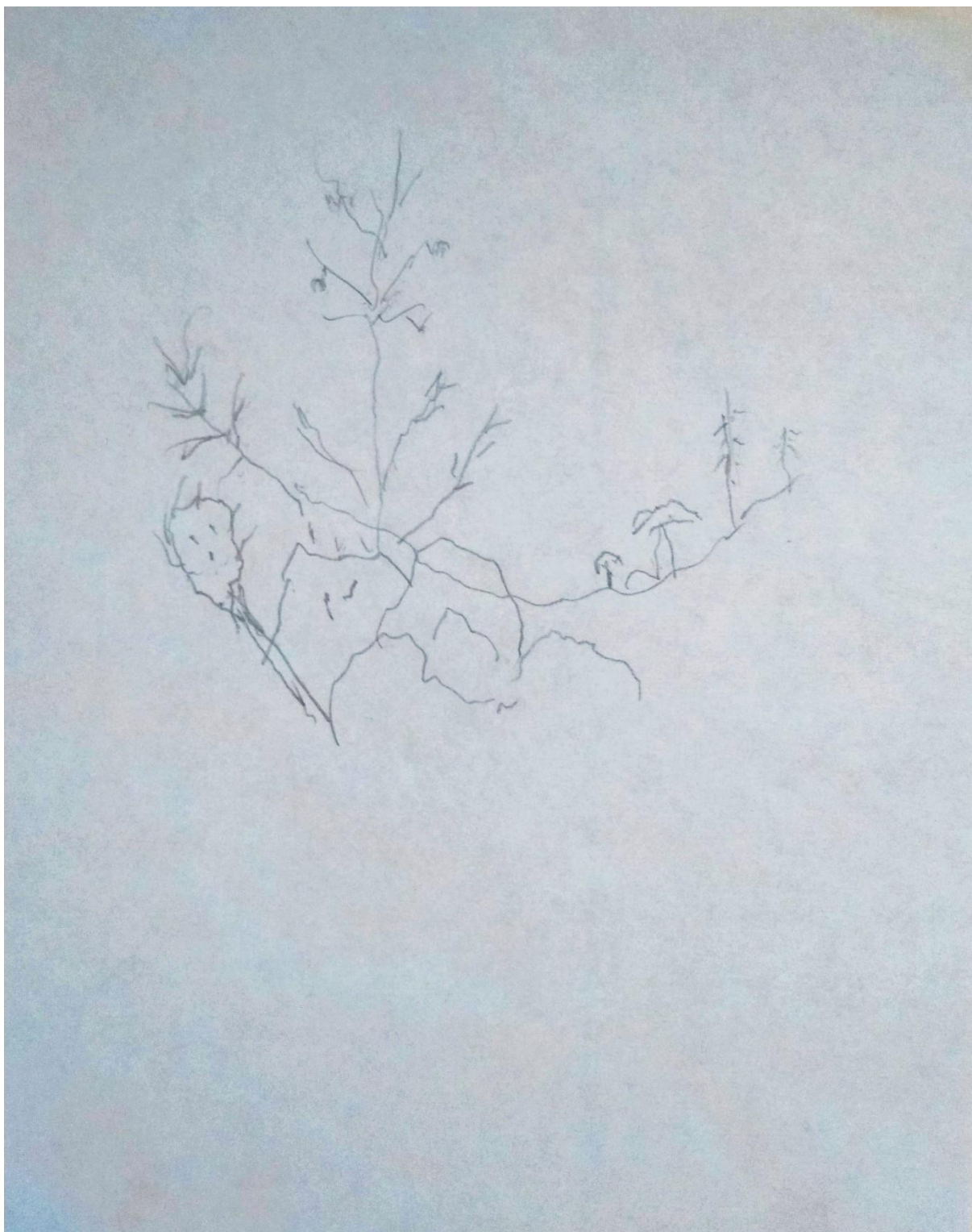
Páté sezení probíhalo hodně formou reminiscenčního dialogu. Vznikla tedy pouze jedna kresba, nicméně s poměrně patrným pokrokem v kresebných kvalitách.

Rozhovor se snažil navázat na vzpomínání na místo bydliště, na které si paní Květa už poměrně rozpomněla. Před tím, než ale začala kreslit, hovor stočila na místo jejího rodného bydliště a sama bez pobízení začala rodný dům kreslit. Proces probíhal obdobně. Kreslení doprovázela popisem toho, co právě dělá. Tentokrát se ale více soustředila na vypravování vzpomínek než na konkrétní popis kresleného. Kresba zachycuje rodný dům se zahradou a stromem v pozadí. Vždy, když paní Květa nakreslila něco nového, vybavily se jí další vzpomínky spojené s místem, o kterých se rozpovídala.

Na liniích je patrný třes ruky, zejména u prvního domku, který lze na kresbě vidět. Třas ruky ale postupně mírně ustupoval s tím, jak se do kresby paní Květa více vžila a přestala tolik přemýšlet o tom, že vlastně kreslí a o tom, že má strach, jak bude výsledek vypadat. Je patrný pokrok v tom, že zobrazené předměty nejsou z pohledu ptačí perspektivy, jako je to na předchozích obrázcích. U prvního domu je rovněž vidět pokus o zachycení lineární perspektivy. Celková kresba působí proti ostatním vydařeněji svou kompozicí.



## Krajina



Při šestém setkání vznikla opět jen jedna kresba. Tentokrát z časových důvodů. Jedná se nicméně o kresbu velmi zdařilou a s patrným pokrokem oproti prvním výtvorům.

Výjev zachycuje krajinu, kterou si paní Květa sama zvolila jako námět. Zachytila skálu se stromem a výsekem krajiny v pozadí. Už na začátku procesu bylo patrné, že má poměrně

jasnou představu toho, co chce kresbou zpodobnit. Během kreslení tolik nemluvila a hodně se soustředila. I na této kresbě není nic z pohledu ptačí perspektivy, kompozice je krásně vyvážená, je zde jasné zachycení prostoru.

Na konci kresby byla patrná nejistota z výsledku, ale po pozitivní zpětné vazbě a dialogu o tom, co nakreslila projevila spokojenost nad tím, co právě vytvořila.

## 2.5 Shrnutí

Na základě vytvořených kreseb vyplývá, že zejména ze začátku měla tvorba zásadní vliv na pomoc při rozpomínání na místa, která si paní Květa nebyla schopná vybavit. Během celého procesu šlo sledovat řetězení dalších a dalších vzpomínek, které byly zaznamenány do různých kreseb. Pomocí reminiscenčních rozhovorů došlo k ponoření se do tvorby a k objevování zapomenutých událostí.

Během setkání postupně odpadávala nervozita a nechuť z tvorby. Kresba začala být chápána jako vhodný prostředek k zachycení vzpomínek a rozpomenutí si na nové. Na většině setkání ve výsledku vnímala paní Květa kresbu a s ní spojené rozhovory jako příjemné zpestření dne. Kresba se pro ni stala vhodným komunikačním prostředkem. Oproti prvním setkáním nastalo patrné zlepšování ve vyjadřování. Pojmenovávání jednotlivých dějů a předmětů na kresbách bylo jasné a konkrétní, ne jako tomu bylo ze začátku, kdy paní Květa často názvy věcí obcházela nekonkrétním popisem s využitím zájmen.

Co se týče kvality kreseb, také lze vnímat určité pokroky. Postupně stále více odpadávalo zobrazování z ptačí perspektivy. U posledních dvou kreseb se tak stalo úplně. Jako pokrok lze vnímat i fakt, že paní Květa sama v sobě překonala strach o zobrazování určitých věcí či dějů. Toto lze konkrétně spatřit například na zachycení pohybující se postavy.

Během procesu bylo patrné, že se zklidnil jindy výrazný třes rukou. Rovněž lze vysledovat jistější tahy tužkou a zlepšující se obratnost v kresbě, zejména u posledních výtvorů.

**Reflexe:** Výsledkem procesu tvorby jsou kresby, které průběžně vznikaly během několika měsíců. Na prvních setkáních bylo nutné potýkat se s poměrně silným odporem, který ale pramenil zejména ze strachu, že výsledek nebude dobrý. Zejména na prvních sezeních nepomáhalo příliš ani ujišťování o tom, že se nejedná o nic závažného a že nejde o dokonale vypadající výsledek.

Paní Květa často opakovala věci typu: „*Na co to potřebuješ? Vždyť si to můžeš nakreslit sama, to nikdo nepozná. Mně kreslení nejde, já to udělám ošklivý. Tos mi teda zkazila náladu, že musím něco dělat.*”

Na otázky proč si myslí, že neumí kreslit, odpovídala takto: „*No protože já už jsem strašně dlouho nekreslila. To já jsem kreslila naposledy ve škole. Tam jsme měli takovou dobrou paní učitelku se kterou jsme vždycky něco dělali. Já jsem dokonce jednou vyhrála i soutěž o nejhezčí obrázek. To jsme měli nakreslit naše nejmilejší místo. Paní učitelka pak dala můj obrázek na nástěnku. Nakreslila jsem moje oblíbené místo nedaleko domečku, kde jsem se narodila. Tam na skalách, v břížkách, když jdeš horem kolem kostela. Tam jak jsme chodili sbírat borůvky. Pamatuješ? Tam jsem to milovala. Vždycky jsem si tam chodila sama hrát. Ale to už je hrozně dávno. Tehdy jsem ten obrázek měla hezkej. Ted' už to nezvládnu. Dyť se mi klepou ruce. To já už jsem zapomněla jak mám kreslit, s tím mě dej pokoj. To já na kreslení nejsem.”*

Během procesu se ukazovalo, že díky pozitivní zpětné vazbě paní Květa získávala na sebedůvěře a za své výkresy se nestyděla a nebyl pro ni takový problém je vytvořit. Toto se opakovalo v podstatě pokaždé, ale trvalo vždy méně času, než se paní Květa ke kresbě odhodlala. Částečně se tak podařil odbourat původní odpor k tomu vůbec začít něco dělat.

Často se ozývaly argumenty jako: „*Neumím kreslit, bude to ošklivé, jak mám tohle nakreslit, to přeci já nezvládnu...*”. Na těchto

Naposledy ve škole  
(dlouhá doba bez  
věnování se kresbě)

Dobré vzpomínky,  
pozitivní odezva na  
hodiny vv a kresbu

hledání výmluv  
(odvolávání se na  
dlouhou dobu  
nečinnosti)

Nedůvěra ve vlastní  
schopnosti

argumentech se pravděpodobně podepsal i stereotyp ještě ze školních let, kdy se soutěžilo o „nejhezčí obrázky“ a cílem nebyl proces tvorby, ale její výsledek. Vždy před začátkem procesu a částečně i později během kresby byla cítit obava o vytvoření něčeho nehezkého, špatného, obava o ztrapnění vlastní obavy.

U prvních sezeních šlo také často vyslechnout: „*Hergot dyť já to nezvládnou, podívej se na to. Neudělám ani pořádně rovnou čáru. To ti udělám maximálně tak ostudu, takový vošklivý obrázky. Proč si to nenakreslíš sama? To by se jim určitě líbilo víc. Já tohle prostě neumím. Tohle jestli budeš někde ukazovat to se nebude nikomu líbit. To je úplně k ničemu*“

Nabídky jiné techniky či aktivity odmítala. Nakonec, když ale „zapomněla“ že kreslí a rozpovídala se o nějaké vzpomínce, začala kreslit i další vzpomínky. Vybavovala si věci, které už pozapomněla a o kterých se dříve nikdy nezmínila. Nutné bylo stále průběžně motivovat. V procesu alespoň trochu odpadávala silná fixace na výsledný produkt. Paní Květa často bočním pohledem sledovala reakce a v takovém případě bylo nutné její povzbuzování: „*Vždyť kreslíš výborně. Pokračuj. Neboj se, každý rozpozná, co jsi nakreslila*.“ Hlavně ke konci kreslení se totiž ozývalo například: „*Vždyť ani nepoznáš, co to je. Podívej se na to. To je příšerný, jediná rovná čára tam není*.“

Během kresby docházelo nicméně alespoň k částečnému zmírnění třasu ruky, kterým paní Květa trpí. V procesu tvorby většinou začala být mnohem víc otevřená, uvolněná, sdílela zážitky, ke kterým by se pravděpodobně jinak nedostala. Díky pozitivní zpětné vazbě, která byla pro ni velmi důležitá během celého procesu, získávala více na sebedůvěře. Pouštěla se do kresby věcí, které ze začátku podle jejích slov nebyla schopná nakreslit. Ze začátku například odmítala kreslit události či postavy se slovy: „*No tak to já ti rozhodně nenakreslim*.“

Strach ze selhání,  
stud za vlastní  
výtvary

Fixace na „hezký“  
výtvar

Negativní hodnocení  
vlastních výtvarů

*Jak bych to měla udělat. To ve škole nás paní učitelka učila i stínování, v tom já jsem byla jedna z nejlepších, to mě bavilo. To si pamatuju, to už jsme byli starší a paní učitelka nás začla učit nové věci. I takový to, aby věci vypadaly, že jdou do dálky. Ale lidi, to já neumím, to já neudělám. To je hrozně těžký, to si nakresli sama. To postavy, to je jedna z nejtěžších věcí.”*

I na tomto je vidět neustálé střetávání obav s vesměs pozitivní zpětnou vazbou z hodin výuky výtvarné výchovy a jejích tehdejších kresebných schopností. Obavy se nicméně alespoň částečně podařilo postupně odbourávat. Paní Květa měla potřebu průběžného ujišťování o kvalitě jejích kreseb. Fixace na „hezký“ výsledný obrázek ale více méně přetrvávala. Na konci procesu tvorby občas říkala věty jako: „Dyť tohle se jim nemůže líbit. Myslíš, že to je hezký? Tadyto se mi docela povedlo. To má být taková jedna stará paní, co bydlela kousek od nás... Tadyhle jsem zkusila udělat tu, no jak si říkala že se to jmenuje, tu perspektivu.” Silný stereotyp a představa o „hezkém“ výkresu je patrně příliš zažitý a jen těžko by šel odbourat. Byla by patrně nutná mnohem delší spolupráce.

Přiznání si dovedností v kresbě

Další pozitivní odezva na hodiny vv

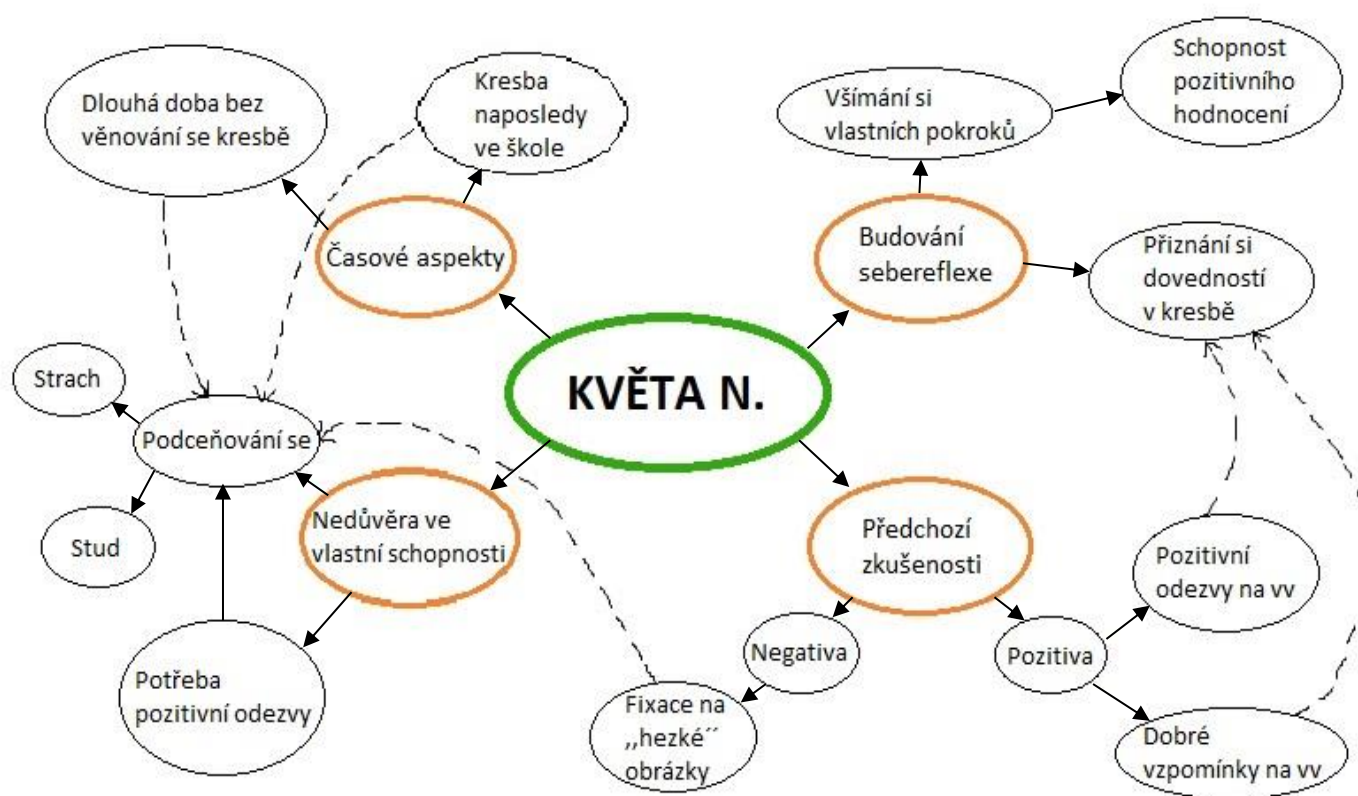
Neustálé podceňování se

Potřeba pozitivní odezvy

Všímání si vlastních pokroků

Schopnost pozitivního hodnocení vlastních výtvorů

Kategorie	Subkategorie	Kódy
Předchozí zkušenosti	Pozitiva	Pozitivní odezva na hodiny vv
		Dobré vzpomínky na vv
	Negativa	Fixace na „hezké“ obrázky
Časové aspekty		Kresba naposledy ve škole
		Dlouhá doba bez věnování se kresbě
Nedůvěra ve vlastní schopnosti		Hledání výmluv
		Strach ze selhání
		Stud z vlastní tvorby
		Podceňování se
		Potřeba pozitivní odezvy
Budování sebereflexe		Přiznání si dovedností v kresbě
		Všímání si vlastních pokroků
		Schopnost pozitivního hodnocení vlastních výtvorů



V tabulce výše jsou jednotlivé kódy rozděleny a shrnuty do čtyř zastupujících kategorií podle podobností a vnitřních souvislostí. Pod tabulkou jsou kódy i s kategoriemi shrnuty do mapy, která názorně ukazuje jednotlivé vztahy a to, jakou mají kódy mezi sebou souvislost. Proces kódování napomohl k zodpovězení otázky „*Jaká jsou specifika výtvarné tvorby seniorů.*”

Na mapě je lépe vidět, že **zejména časové aspekty měly vliv na celkový průběh sezení** s paní Květou N. a jejím přístupem k výtvarné tvorbě. Dlouhá nečinnost a poslední zkušenost z doby její školní docházky se odrazily na podobě jejích výtvorů a značně udávaly, zejména ze začátku, tón jejím kresbám.

**Časové aspekty vedly k nedůvěře ve vlastní schopnosti, ke zbytečnému podceňování se a z toho vyplývajícího studu a strachu. Strachu z toho začít něco dělat, i strachu z výsledků.** To souvisí také s neustálou potřebou pozitivní zpětné vazby během i na konci procesu.

**Dalším aspektem ovlivňující sebevědomí paní Květy co se týče kresby byla také předchozí zkušenost. Tato kategorie je dále rozdělena na subkategorie *Pozitiva* a *Negativa*.** Do negativ spadá její fixace na „*hezké*” obrázky, opět pramenící z dob školní docházky. Tento **stereotyp ze školních let měl také vliv na celkovou sebedůvěru a tím pádem i podobu kreseb.** Utkvělá představa o tom, že její obrázky se nemůžou líbit a stud za jejich prezentaci silně ovlivnil způsob, jakým ke kresbě přistupovala.

**Do subkategorie pozitiv spadá pozitivní odezva paní Květy na hodiny výtvarné výchovy, její zkušenosti a dovednosti,** které se během této doby naučila. Výše v rozhovoru jsou blíže specifikovány konkrétní příklady jako například její úspěchy ve školní soutěži či to, jak popisovala, co všechno se s učitelkou na hodinách naučila. **To mělo postupně za následek její přiznání si určitých dovedností v kresbě, což souviselo s budováním pozitivní sebereflexe.**

Na posledních sezeních byla paní Květa více schopná všímat si vlastních pokroků a byla schopná kladného hodnocení vlastní práce. Díky tomu se už tolik neostýchala pouštět se do kresebného procesu a ke konci byla se svými výsledky více spokojená.

Dá se tedy shrnout, že **u paní Květy patří mezi specifika výtvarného projevu poměrně velká míra podceňování se.** Lze vidět, že kódy z kategorie *Nedůvěra ve vlastní schopnosti* se vyskytovaly ve větší míře než kódy ostatní. S tím souvisí **potřeba pozitivní odezvy, která byla nezbytná** a díky níž se postupně do určité míry měnil charakter kreseb a samotná sebedůvěra paní Květy. Mezi další specifika se dá v tomto případě zahrnout také **velká časová prodleva od**



**posledního výtvarného počinu**, která se rovněž v kresbách odrážela, zejména patrnou netrénovaností kresebného projevu a rovněž již zmíněná a s tím související nejistota a nedůvěra ve vlastní schopnosti. Především ze začátku chyběla v kresbách uvolněnost, zcela chyběl pokus o nadsázku či experiment, který se ani nepodařilo rozvinout. **Paní Květa se snažila striktně držet realistického zobrazení na základě jejích předchozích zkušeností a rovněž i na základě stereotypu o „hezkém“ výkresu.**

### 3. VÝTVARNÝ DENÍK

#### 3.1 Osobní anamnéza

**Jméno:** Helena N.

**Pohlaví:** žena

**Věk:** 66

**Zdravotní a mentální stav:** Žádné zásadní omezení z hlediska výtvarné tvorby není. Paní Helena je na svůj věk v dobré fyzické i psychické kondici.

**Osobnost, zájmy:** Velmi přátelská, milá. Svůj čas ráda tráví s rodinou, věnuje ho také jejím domácím mazlíčkům, má ráda přírodu. Dříve se věnovala hudbě, hrála na hudební nástroje a zpívala ve sboru. Ve společnosti, především lidí, co nezná, je spíše uzavřená, je poněkud stydlivější a vedle cizích lidí se necítí dobře. Ráda má občas chvíli jen sama pro sebe, kdy se může věnovat svým koníčkům, jako je například zahradničení či hraní různých logických her. Ráda se stále udržuje v dobré fyzické a psychické kondici. Občas se věnuje i různým kulturním aktivitám, jako např. návštěvám divadla, opery atd.

**Přechozí zkušenosti s výtvarnou činností, zájem o výtvarné umění:** Se systematickou výtvarnou činností jako takovou se paní Helena setkávala pouze během povinné školní docházky. Na výtvarnou výchovu má vzpomínky neutrální. Tvoření měla ráda, ale výrazné pozitivní ohlasy na výuku rovněž nemá. Výtvarná tvorba jí bavila, ale sama se jí v pozdějším věku po opuštění základní školy nevěnovala. Odpor k ní ale nemá.

Během života hodně šila a pletla. Tomu se již nevěnuje. Činnost už jí omrzela a prý by ani neměla dostatek financí a času. Ráda si někdy vybarvuje omalovánky pro dospělé.

Zájem o výtvarné umění je z její strany laický, nicméně paní Helena se aktivně zajímá o kulturní dění, které zahrnuje i občasné návštěvy uměleckých galerií. Zajímá se také o architekturu. Ráda navštěvuje různé památky. Její zájem o výtvarnou kulturu spadá nicméně do umění klasického. Jak sama řekla, modernímu umění, stejně jako tomu současnému příliš nerozumí. Nemá odmítavý přístup, sama ale přiznala, že jí ani příliš nezajímá. Jak sama pronesla - má ráda věci srozumitelné, které na ní dokáží nějak pozitivně zapůsobit a kterým dokáže rozumět i bez hlubších znalostí či nutného výkladu.

### 3.2 Výtvarný úkol

**Námět:** Výtvarný deník

**Důvod zvoleného námětu s ohledem na osobu seniora:** Na základě rozhovorů a znalosti osobnosti paní Heleny, v minulosti si ráda psala deníky, či jen zapisovala krátké útržky myšlenek apod. Vzhledem k tomu, že je někdy ráda sama a soustředí se na svou osobu, výtvarná práce formou tvorby deníku se jí líbila. Sama konstatovala, že se sobě nevěnuje tak, jak by chtěla. Energii často vydává někomu nebo něčemu jinému, což jí někdy psychicky vyčerpává. Vést si deník byla možnost, jak si několikrát do týdne najít alespoň chvíli, kdy se zastaví a zamyslí nad uběhlým dnem a tím, co prožila.

**Cíle:**

- Hlavní cíl – relaxace, kvalitní výplň volného času
- Dílčí cíle – rozvoj motoriky
  - seznámení se s novým způsobem výtvarného vyjádření
  - trénování kognitivních funkcí (pozornost, koncentrace, paměť, představivost atp.)

**Použité metody, sběr dat:** rozhovor, kresba

Prostředkem sběru dat byl polostrukturovaný rozhovor. Posláním rozhovoru bylo získat co nejpodrobnější výpověď ohledně osoby respondenta, jeho vztahu k umělecké tvorbě a zkušenostem s ní. Dále osobní náhled na výtvarné umění jako takové. Dále sloužil i k lepšímu porozumění toho, co respondentka vytvořila.

Kresba sloužila jako prostředek pro zachycování různých událostí či zážitků během doby, po kterou respondentka vytvářela deník. Nezachycovala jen konkrétní předměty či jevy, ale také pocity z nich plynoucí.

### 3.3 Fáze výtvarné činnosti

**Formulace zadání výtvarného úkolu (s využitím sloves):** *V minulosti jste si ráda psala deníky. Teď zkuste to, co byste jindy vyjádřila slovy, vyjádřit pomocí malby či kresby. Není nutné upínat se na konkrétní věci, můžete pouze abstraktní formou zaznamenat to, co se vám ten den událo, či to, jak jste se cítila.*

**Průběh realizace úkolu:** Paní Helena si průběžně několikrát týdně zaznamenávala výtvarnou formou různé zážitky či pocity. Zpočátku měla obavy, že ani kreslit ani malovat neumí, když se ale dokázala odpoutat od konkrétní podoby toho, co chtěla zobrazit, k práci s deníkem už přistupovala bez většího strachu. Po určité době vždy proběhlo setkání, kdy paní Helena zpětně popisovala významy jednotlivých záznamů.

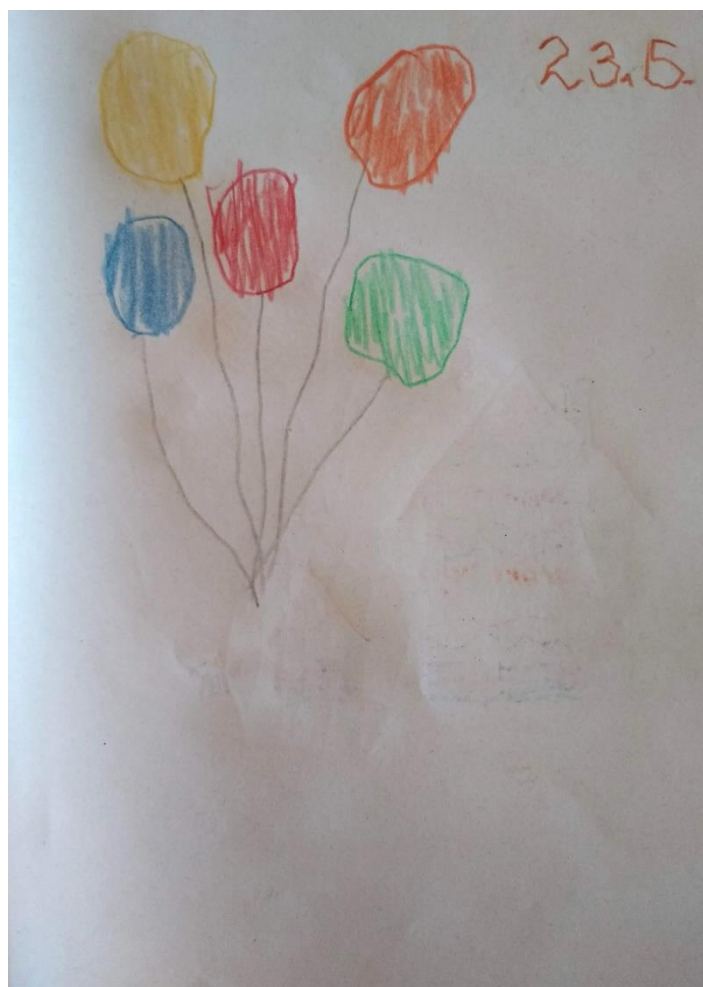
### 3.4 Proces a podrobnější analýza tvorby

#### Snídaně, Lodka, Zahrada, Váza, Dům sousedů, Pouť

Ze začátku paní Helena nechtěla tvořit nic abstraktního, či se pokoušet zachycovat pocity. I přes její námitky, že nic nenakreslí ani nenamaluje, protože to neumí, do abstrakce se nechtěla pouštět, i když ta by jí pomohla vyhnout se nutnosti realistického zpracování. První deníkové záznamy tak zachycují spíše události či dění z určitého dne. Jedná se o jednoduše zpracované kresbičky zachycující snídani, zahradu, domek souseda či vázu s květinami. Někdy se paní Helena pokusila zachytit i konkrétní zážitek, například loďku na rybníce.







Zajímavý je obrázek s balónky. Jde o výjev z vesnické matějské pouti. Místo, aby se paní Helena pokoušela zachycovat různé atrakce nebo lidi, vybrala si jasný symbol, který evokuje jak pouť, tak i pocity z ní. Balónky a jásavé barvy dobře reflektují dění a každý si pod tímto výjevem snadno představí slunečný den plný zábavy. Paní Helena tak intuitivně vybrala výborný zástupný motiv pouti a zároveň se tak vyhnula nutnosti zobrazovat přílišné detaily či postavy.



## Motýl

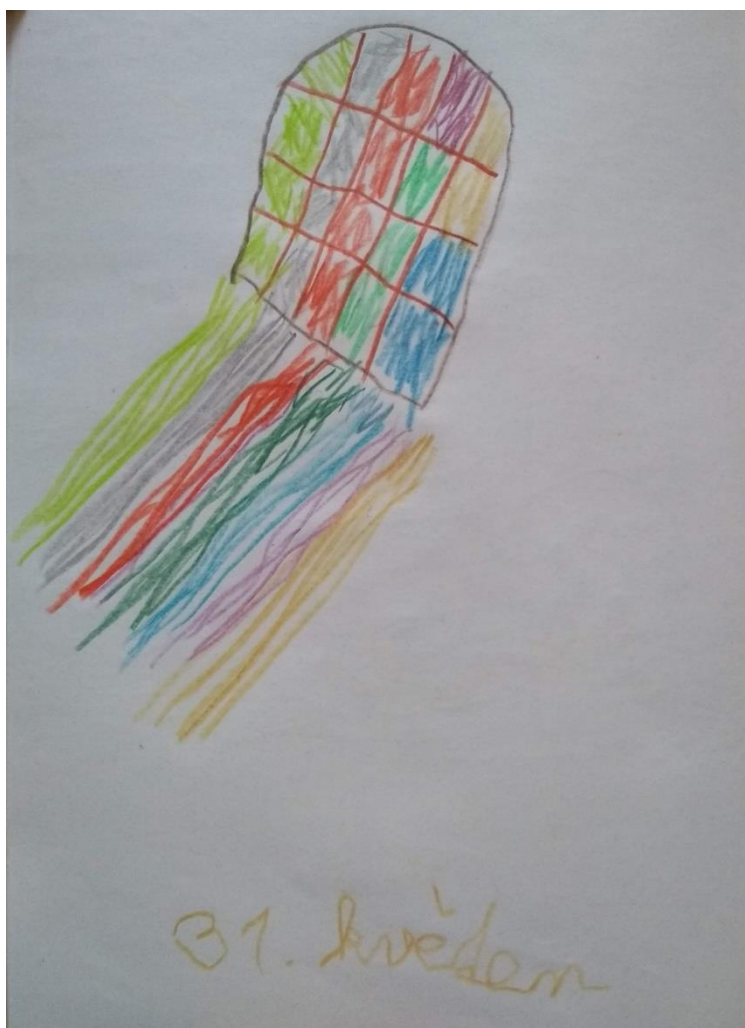


Na tomto obrázku lze vidět barevného motýla. Tentokrát ale nejde ani tak o záznam reality. Paní Helena se skrze motýla snažila vyjádřit svůj momentální pocit během rána. Dle její výpovědi jí po probuzení nebylo vůbec dobře, cítila se nemocná. Motýl je záměrně vyobrazen v tmavých odstínech, jako šedá, fialová, či hnědá. Snažila se tím poukázat na těžkost a slabost svého těla, kterou to ráno cítila.

Je zajímavé, že na rozdíl od předešlých kreseb, které zachycovaly reálné děje, motýl je zde pouze jako metafora poukázání na její mentální a fyzický stav. Přesto že se paní Helena stále drží reality a bojí se od ní odpoutat, už se více zaměřuje na vyjádření svých pocitů. V barvách na křídlech motýla už se v podstatě dá pozorovat určitá abstrakce. Ač je tělo motýla zachyceno tak, jak odpovídá realitě, barvy jsou vybrány a poskládány k sobě tak, aby co nejlépe vyjádřily stav mysli.



## Kostel



Na základě rozhovoru o kresbě motýla dostala paní Helena novou motivaci na zaměření se více na abstraktní formu kreseb. Bylo ale patrné, že se stále necítí v tomto ohledu příliš sebevědomě. Opakovala, že o abstrakci nic neví a že neví, jak by něco takového měla udělat.

Na této kresbě je vidět vitrážové okno, kterým proniká barevné světlo. Inspirací byla návštěva kostela. Paní Helena si podobně jako u obrázku z pouti vybrala vynikající zástupný motiv, který velmi dobře vystihuje atmosféru kostela. Vitrážové okno a jím pronikající světlo krásně vystihuje duchovno, mystiku, zároveň určitý klid ale i energii proudící skrze světlo do interiéru.

Dle rozhovoru s paní Helenou se u tohoto obrázku pokusila více o abstraktní formu. Záměrně tento motiv zvolila, protože věděla, že u něj může nejlépe využít barev a zároveň se pokusit o něco víc než jen o realistické zobrazení. Stále byl ale patrný strach z toho, že něco udělá špatně, že kresby nejsou tak dobré. Vyjádřila obavu, že výsledek nebude vypadat hezky, a že abstrakci dělat neumí a nebude.

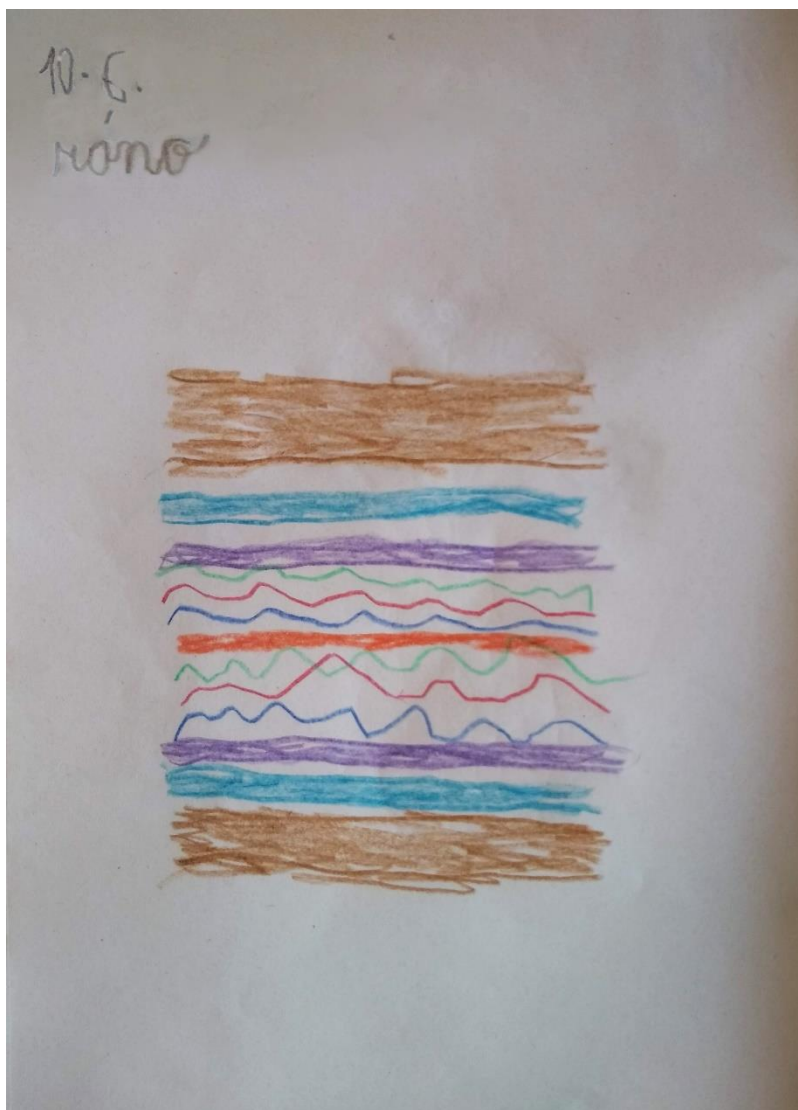
## Mozaika



Na této kresbě je vidět barevná mozaika. Paní Helena postupovala jako u minulé kresby z kostela. Mozaiku viděla jako část výzdoby interiéru jednoho domu, kam šla ten den na návštěvu. Opět se pokusila vybrat pouze jeden zástupný a více abstraktní motiv. Je patrné, že od prvních kreseb se stále více zaměřuje spíše na detail, který nejlépe evokuje jak událost, tak zároveň její pocity.

Při porovnání s předchozími kresbami jde o poměrně výrazný pokrok. Paní Helena se už přestala tolik fixovat na převedení viděné reality, jako tomu bylo například u obrázků zahrady či domu souseda, ale více se soustředí na určité abstrahování viděných motivů. Při opakované zpětné pozitivní vazbě nabývala více sebevědomí a přestala se tolik bát opuštění realistického zobrazení. Stále byla patrná určitá nedůvěra a odpor k vytváření něčeho čistě abstraktního, nicméně vyhledávání zástupných motivů začalo paní Helenu bavit.

## Abstrakce



Na poslední kresbě lze vidět čistou abstrakci. Paní Helena se pokusila zaznamenat pouze její náladu, nikoliv konkrétní zážitek. Zcela se jí tak podařilo odpoutat od reality a zaměřit se čistě na její emoce.

Kresbou a jejím barevným provedením se pokusila zachytit únavu. Ten den se necítila dobře. Na okrajích lze vidět silné pásy hnědé barvy, které měli evokovat těžkost a pocity vyčerpání. Paní Helena dle jejího rozhovoru postupovala dost intuitivně, přesto je výsledek hezky ucelený.

### 3.5 Shrnutí

Na základě vytvořených kreseb lze dobře sledovat postupné pokroky v kresebných kvalitách paní Heleny. Na základě jednotlivých setkávání postupně začal odpadávat strach ze zkoušení nových věcí a paní Heleně se podařilo překročit její hranice v kresbě, které měla dosud nastaveny na čistě realistická zobrazení.

Tvorba kresebného deníku jí pomohla lépe nalézat alespoň několik minut během dne jen sama pro sebe a soustředit se na proběhlé události či její pocity. Zejména emoce a pocity se jí dařilo zaznamenávat v průběhu a ke konci celého procesu. Během toho se jí postupně podařilo odbourat strach ze zobrazení něčeho, co nebude zcela odpovídat jejím představám o nutnosti realistického zpodobnění. Kresbu postupně začala chápat jako zajímavý prostředek na soustředění se ani ne tak na konkrétní události či zážitky, jako na pocity vedoucí z nich.

V kresbách dokázala dosáhnout přechodu k úplné abstrakci, i když se ani ke konci celého procesu setkávání necítila v tomto zcela komfortně a sebejistě. Přesto byla patrná její radost z toho, že dokázala překonat sama sebe a představy o tom, co je a není schopná vytvořit.

**Reflexe:** Výsledkem procesu tvorby jsou barevné kresby, které paní Helena sama vytvářela v průběhu několika týdnů a průběžně je reflektovala. Zejména ze začátku byl nutný častější kontakt a motivace. Paní Helena se občas potýkala se strachem, že kreslit ani malovat neumí a že její výtvořby nebudou vypadat dobře.

Ze začátku, zejména před tím, než vůbec začala něco dělat často opakovala: „*Tohle přece po mě nemůžeš chtít, to já rozhodně nezvládnu. Já kreslit neumím. Naposledy jsem něco dělala někdy na základce.“*

Na položenou otázku proč si myslí, že to nezvládne odpovídala takto: „*No to já prostě neumím. Už je to strašně dlouho co jsem něco dělala, naposledy jsem kreslila jako dítě. A ani jako dítěti mi to nešlo.“*

Následoval rozhovor o tom, že není nutné zaznamenávat realitu přesně tak, jak je, že záznamy by mohly být spíše abstraktní a víc zaměřené na emoce z událostí. Rovněž došlo i na nabídku jiných technik, jako malby, či koláže. Paní Helena reagovala smíchem a následně odpověděla: „*No to si se zbláznila, já malovat vůbec neumím. Barvama nic neudělám. Tobě se to řekne vyjádří emoce. Já nevím jak bych to udělala. To je hrozně těžké.“* Nakonec došlo k návrhu kresby pomocí progresso pastelek jako kompromisu mezi kresbou a malbou. Tento návrh měl poměrně pozitivní ohlas. Bylo tomu tak zřejmě i proto, že paní Helena se občas věnuje vybarvování omalovánek pro dospělé a kresba pastelkami jí není cizí. Především ze začátku bylo nutné často motivovat a povzbuzovat k práci. Ozývaly se argumenty jako: „*Nevím, jestli tohle ti k něčemu bude, já jsem ti říkala, že to neumím.“* Po každém setkání byla důležitá pozitivní zpětná vazba, díky které si paní Helena uvědomila, že nejde o vytvoření něčeho hezkého, ale že jde především o proces, kdy se má pokoušet zaznamenat deníkovou a zároveň výtvarnou formou, co se jí který den stalo.

Podceňování se

Dlouhá doba od posledního tvoření

Hledání výmluv (odvolávání se na dlouhou dobu nečinnosti)

Negativní reflexe v tvorbě sama sebe už jako dítěte

Strach z jiných technik

Vymlouvání se

Strach z výsledku

Během setkání bylo také dobré připomínat a snažit se vést k tomu, aby zkusila opustit čistě realistickou formu a zkusila také něco jiného. Ze začátku však vždycky paní Helena říkala: „*No to si se zbláznila, abstrakci já nezvládnu. Pro tebe je to jednoduchý, tobě se to řekne, ale já s tím nemám žádnou zkušenost. Nevím, jak bych to měla udělat.*”

Odvolávání se na nedostatek zkušeností

Zlom nastal v momentě, kdy místo něčeho konkrétního nakreslila smyšleného motýla jako zástupný motiv pro své pocity. Na otázku proč ho nakreslila a co vyjadřuje odpověděla: „*Já jsem se ten den cejtla hrozne špatně, nic jsem nedělala a spíš jsem byla v posteli. Nebylo mi vůbec dobře. Přišlo mi, že ten motýl dobře vyjadřuje to, jak se cejtím. Snažila jsem se tady na křídlech použít takový těžký barvy, jakože je mi špatně, cejtím se těžká, nemůžu vstát. Tak jsem zkusila vyjádřit, že ten motýl nemůže létat.*”

Projevení snahy

Následovala motivace k tomu, aby se víc zaměřila právě na podobné kresby spíš než na záznam reality. Na dalším setkání paní Helena ukázala další dvě kresby s vitráží a mozaikou. „*Tady jsem vybrala okno, kterým proniká světlo dovnitř. To se mi vždycky v kostelech líbí, je to krásný. Tak jsem to nakreslila. Vyjádřila jsem tím náladu, jakou člověk v kostele mívá. Mozaiky taky miluju, některý domy mají tak krásnou výzdobu. Použila jsem hodně veselejších barev, abych to propojila s návštěvou kamarádky. Bylo nám hezky, užily jsme si to, tak jsem použila jen hezký barvy. No, nevím jestli je to dobrý, myslíš, že to k něčemu bude?*”

Větší sebedůvěra

Přetrvávající nejistota  
Potřeba pozitivní zpětné vazby

Byl patrný velký pokrok z hlediska toho, že paní Helena byla už zcela samostatná a bez většího pobízení vybírala zástupné a spíše abstraktní motivy, které byla schopná propojit s jejími pocity.

Zároveň bylo patrné, že už si více důvěřuje a nebojí se tolik, že něco pokazí. Nabyla větší odvahy a zjistila, že se nemusí stále snažit vyjádřit jen přesnou realitu.

Na posledním setkání paní Helena sdílela obrázek, na kterém už je čistá abstrakce. „*Tak jsem to zkusila. Ten den jsem se necítila úplně dobře, tak jsem to udělala takhle, aby tam nebylo nic konkrétního. Bylo to takový spontánní. Ta hnědá barva na okrajích má vyjadřovat tíhu, jak mi nebylo dobře. Udělala jsem takový pásy na krajích, abych tím ukázala, jak ta tíha padá na všechno ostatní. No prostě jsem to zkusila.*“

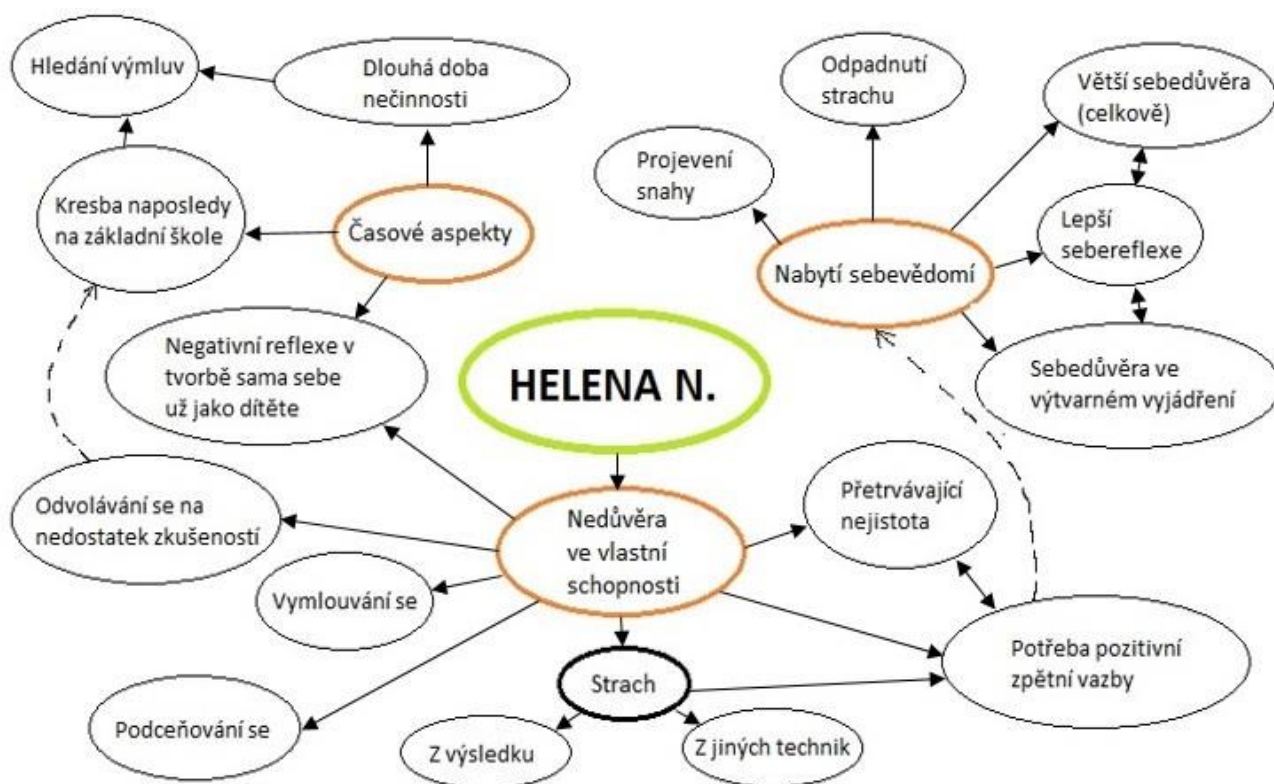
Na posledních setkáních byla cítit vzrůstající sebedůvěra paní Heleny. Pracovala mnohem více samostatně a při prezentaci toho, co vytvořila, méně často zaznívala slova jako neumím a nezvládnu. Nakonec se byla schopná oprostít od realistického zobrazování a začala sama objevovat, co jí může nabídnout výtvarná tvorba.

Odpadnutí strachu,  
podceňování se

Sebedůvěra ve  
výtvarném vyjádření

Lepší sebereflexe

Kategorie	Subkategorie	Kódy
<b>Časové aspekty</b>		Dlouhá doba od posledního tvoření
		Hledání výmluv (odvolávání se na dlouhou dobu nečinnosti)
<b>Nedůvěra ve vlastní schopnosti</b>		Negativní reflexe v tvorbě sama sebe už jako dítěte
		Podceňování se
		Odvolávání se na nedostatek zkušeností
		Vymlouvání se
		Potřeba pozitivní zpětné vazby
		Přetrvávající nejistota
	<b>Strach</b>	Strach z jiných technik
		Strach z výsledku
<b>Nabytí sebevědomí</b>		Projevení snahy
		Větší sebedůvěra (celkově)
		Sebedůvěra ve výtvarném vyjádření
		Odpadnutí strachu, podceňování se
		Lepší sebereflexe





V tabulce výše jsou jednotlivé kódy rozděleny a shrnuty do tří zastupujících kategorií podle podobností a vnitřních souvislostí. Pod tabulkou jsou kódy i s kategoriemi shrnuty do mapy, která názorně ukazuje jednotlivé vztahy a to, jakou mají kódy mezi sebou souvislost. Proces kódování napomohl k zodpovězení otázky *Jaká jsou specifika výtvarné tvorby seniorů*.

Na mapě je vidět, že **velkou část tvoří kódy zahrnuté pod kategorii týkající se nedůvěry ve vlastní schopnosti**. Paní Helena během rozhovorů na prvních sezeních dokonce projevila negativní hodnocení sebe sama už jako dítěte. Pravděpodobně se tím snažila snížit očekávání okolí pro případ, že by nezvládla udělat něco, co by sama považovala za dobrý výtvar. Kódy z této kategorie, kam spadá časté vymlouvání se a podceňování se do určité míry způsobily časové aspekty.

**Paní Helena se často odvolávala na to, že již velmi dlouhou dobu nedělala nic jako kresbu či malbu. Z toho také vyplýval její strach ze zkoušení něčeho nového** a zároveň i její strach z výsledné podoby jí vytvořených obrázků. Pravděpodobně i zde by šlo poukázat na **fixaci vytvoření něčeho „hezkého“**, co bude líbivé pro případné diváky.

Strach a přetrvávající nejistota se paní Heleny držel poměrně dlouhou dobu. Z toho vyplývala **nutnost neustálé pozitivní zpětné vazby** a zejména na prvních setkáních i motivace.

Díky zpětné vazbě se nicméně paní Helena pomalu zbavovala strachu, sama přicházela na to, že zvládne víc, než jak si myslela před začátkem výtvarného procesu. **Motivování a podporování v tom, aby se více zaměřovala na abstraktnější motivy jí postupně vedlo k opuštění čistě realistického zobrazení**. Sama začala postupně projevovat větší snahu a při pozitivní zpětné vazbě posunovala svůj výtvarný projev.

Na posledních dvou sezeních už zcela samostatně vyhledávala pouze zástupné motivy pro vyjádření toho, co chtěla, a více se snažila na záznam prožitek ze zobrazovaných námětů. Zjistila, že přepis reality a snaha vytvořit něco líbivého není tolik podstatná. **Ke konci byla schopná realistická zobrazení zcela opustit a překonat své vlastní hranice ve výtvarné tvorbě**. Během celého procesu u ní bylo patrné vzrůstání sebevědomí jak ve výtvarném projevu, tak i v celkovém vystupování.

Dá se tedy shrnout, že **mezi specifika výtvarného projevu paní Heleny patří poměrně velká míra nedůvěry v sama sebe a neustálého podceňování**. Kódy z této kategorie převyšovaly kódy z kategorií ostatních.

**Souvislost lze hledat s časovými aspekty.** Nedůvěra ve vlastní schopnosti vycházela z dlouhé nečinnosti a také z toho, že s polední zkušeností s výtvarnou tvorbou měla paní Helena ještě na základní škole. Z toho pak pramenil strach ze zkoušení něčeho nového a strach z toho, že vytvoří něco, co její okolí nebude vnímat pozitivně. **Byly patrné zažité stereotypy apelující především na výsledek tvorby, nikoliv na proces a prožitek.**

Dalším specifikem byla **stálá potřeba pozitivní zpětné vazby. Ta naštěstí vedla k částečné ztrátě strachu, který do značné míry ovlivnil charakter a podobu jejích kreseb.** Ke konci byl patrný experiment a postupné opuštění realismu, který paní Helena dovedla až k abstrakci.

## 4. Z MINULOSTI DO SOUČASNOSTI

### 4.1 Osobní anamnéza

**Jméno:** Karel. K.

**Pohlaví:** Muž

**Věk:** 70

**Zdravotní a mentální stav:** Žádné zásadní omezení z hlediska výtvarné tvorby není.

**Osobnost, zájmy:** Společenský, přátelský, otevřený. Se smyslem pro humor. Mezi jeho zájmy patří hudba. Část svého života věnoval výuce na ZUŠ, konkrétně hře na kytaru. Hře na hudební nástroje se věnoval i ve volném čase. Mezi jeho zájmy patří i technika. Tráví hodně času na počítači, nebo také sledováním televize. Počítač nebo telefon mu kromě zdroje zábavy zároveň umožňují snadnější komunikaci s jeho přáteli. Během života se rovněž poměrně intenzivně věnoval fotografii, která zejména v mládí patřila mezi jeho primární zájmy. V současnosti se jí však už nezabývá.

**Přechozí zkušenosti s výtvarnou činností, zájem o výtvarné umění:** Zkušenosti s výtvarnou tvorbou získal především na základní škole. Kromě jeho záliby ve fotografování, kterou během života dále prohluboval samostudiem se jiným technikám nevěnoval. Jeho zaměření se přesunulo spíše k hudbě.

Pan Karel zájem o výtvarné umění má. Má všeobecný přehled a je poměrně otevřený i umění modernímu a současnému. Jeho znalosti jsou laické, nicméně dokáže si vytvářet vlastní názory a jeho postoj k něčemu novému není už primárně odmítavý.

## 4.2 Výtvarný úkol

**Námět:** Z minulosti do současnosti

**Důvod zvoleného námětu s ohledem na osobu seniora:** V minulosti bývalo fotografování pro pana Karla velký koníček. V kresbě, malbě či jiných technikách nikdy zálibu nenacházel, ale fotografování měl vždy velmi rád. Vlivem různých okolností nicméně od tohoto zájmu během života upustil. V jeho bytě je však stále spousta starých a nevyužitých fotografií. Vzhledem k jeho nynějšímu zájmu, což je práce na počítači, díky úkolu mohl propojit koníček současný i minulý a zároveň vyzkoušet něco nového a také práci s novými médii.

**Cíle:**

- Hlavní cíl – kvalitní výplň volného času, návrat ke starému koníčku
- Dílčí cíle – prohloubení práce s novými médii
  - zkoušení nových výtvarných technik a postupů
  - trénování kognitivních funkcí (pozornost, koncentrace, paměť, představivost atp.)

**Použité metody, sběr dat:** Rozhovor, fotografie

Prostředkem sběru dat byl polostrukturovaný rozhovor. Posláním rozhovoru bylo získat co nejpodrobnější výpověď ohledně osoby respondenta, jeho vztahu k umělecké tvorbě a zkušenostem s ní. Dále osobní náhled na výtvarné umění jako takové. Dále sloužil také k lepšímu porozumění toho, co respondent vytvořil.

Fotografie sloužila jako prostředek pro zachycování míst a pohledů, která mu evokovala jeho vlastní staré snímky. Ty se pak staly předmětem dalšího rozboru.

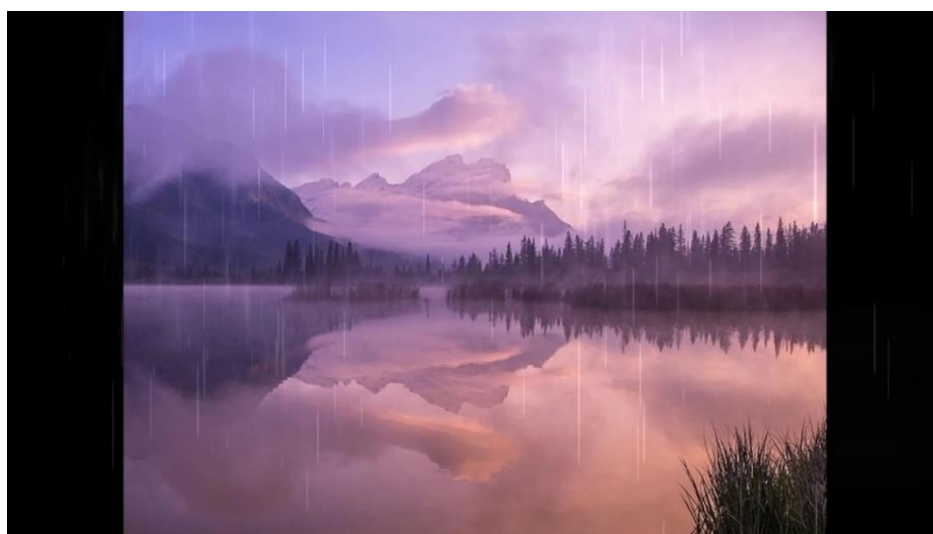
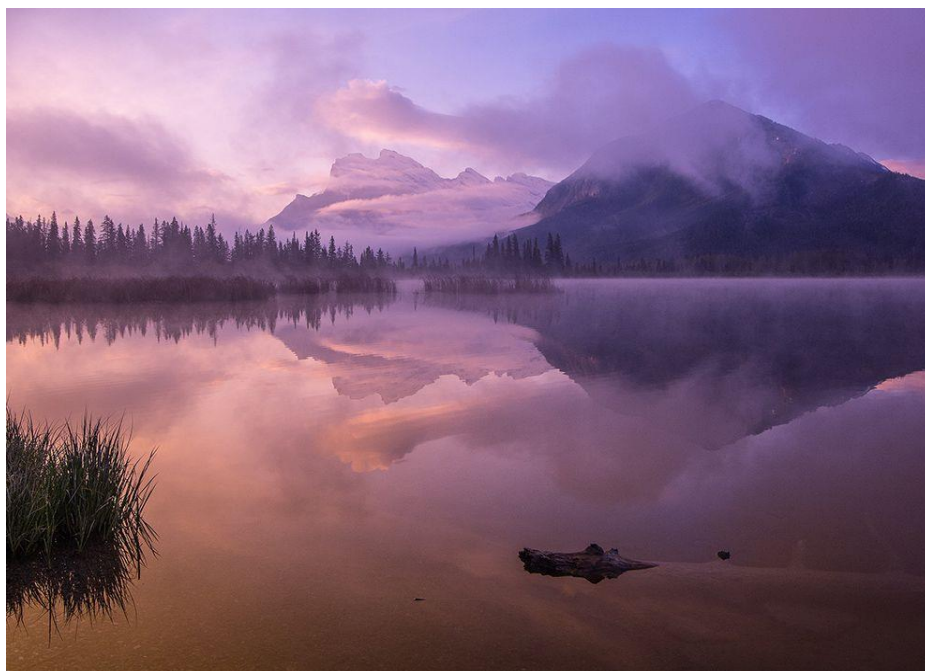
### 4.3 Fáze výtvarné činnosti

**Formulace zadání výtvarného úkolu (s využitím sloves):** *V minulosti jste velmi rád fotil. Vím také, že rád pracujete na počítači. Pokuste se oba zájmy propojit. Máte spoustu starých fotografií. Zkuste si některé vybrat a na jejich základě nafotit snímky nové, tak aby spolu obě fotografie nějak souvisely. Nejde o nalézání stejných míst, ale spíše míst, která na vás budou působit podobně, či vám starou fotografii něčím evokovat. Potom obě fotografie propojte a nějak doupřavte v počítači.*

**Průběh realizace úkolu:** Pan Karel postupně nacházel staré fotografie, které se rozhodl použít pro svou tvorbu. Následně během vycházek po Praze fotil místa, která nějakým způsobem se starými snímky souvisí. Na závěr staré fotografie naskenoval do svého počítače a v programu na upravování fotografií je propojil a upravil se snímky novými. Po určité době vždy probíhalo setkání, kde pan Karel vysvětloval proces a popisoval významy vzniklých výtvorů.

#### 4.4 Proces a podrobnější analýza tvorby

##### Jezero



Na začátku se pan Karel nadchnul především pro úpravu fotografií v počítači. Zpočátku se obával, že bude muset něco kreslit či malovat, což rozhodně nechtěl. Po nápadu s návratem k fotografii a zejména k práci na počítači neváhal se souhlasem. Nechtěl se o tématu fotografie nějak déle bavit a pouze řekl, že něco sám vytvoří. Jako první věc nicméně pouze stáhnul fotografii, co se mu líbila z internetu a jednoduše ji upravil. Výsledek je tak značně neosobní a nezahrnuje nic z jeho vlastní fotografické tvorby. Fotografie je oříznutá, zrcadlově převrácená a mírně upravená světelnost. Na závěr pan Karel přidal i efekt deště.

## Lavička, Cesta



Po předchozím setkání se pan Karel ujal práce s vlastní fotografií. Do focení něčeho nového a do větších úprav se mu ale stále nechtělo. Měl ze zadání poněkud obavy a tvrdil, že neví, jak něco takového provést, že nic jiného neumí. Chtěl zůstat pouze u upravování na počítači.

Na úpravu použil snímek s lavičkou a stromy. Původní snímek oříznul a upravil barevnost. Jinak na fotce žádné patrnější změny nejsou. Fotky ani nepropojil do jedné, jak znělo původní zadání.

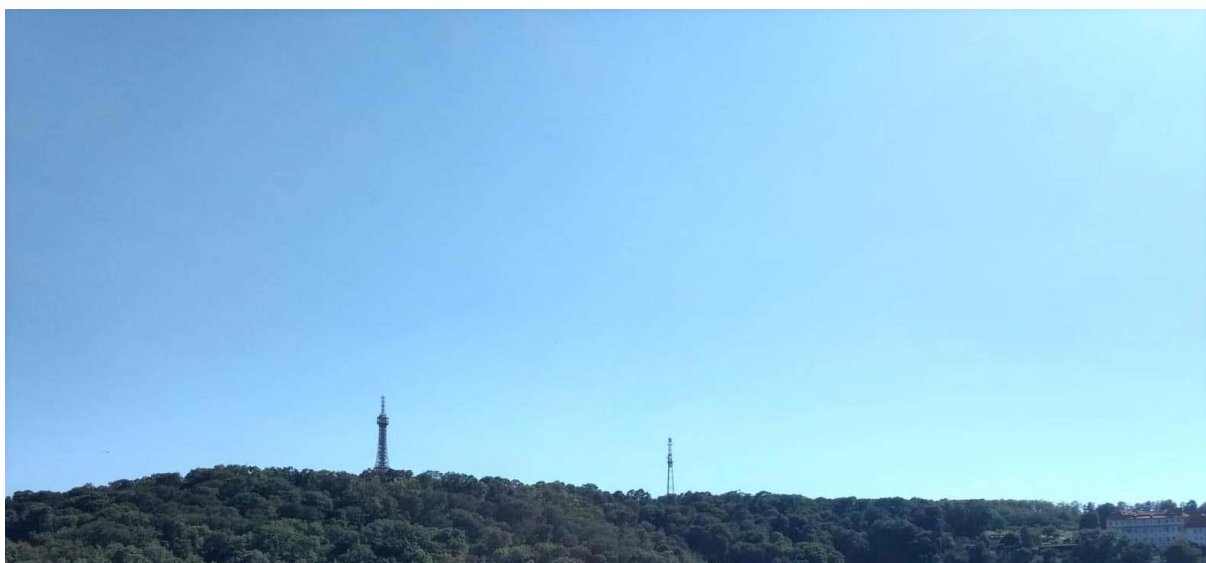




Na snímku s cestou v mlze lze vidět pouhé užití přednastavených filtrů. Fotografie tím získává jakýsi mystický ráz, halí jí větší tajemno, což i pan Karel zamýšlel. Ani zde ale nebylo nutné většího úsilí a úprav pro vytvoření něčeho podobného. Celkový nápad s vložením nějakého tajemného prvku do fotografie, která je k tomu jistě vhodná špatný nebyl, snaha ale byla pana Karla dovést k něčemu na další úrovni a zároveň mu pomoci vyjít přímo do terénu. Tím by se mohl navrátit k jeho zájmu – fotografování. Pan Karel se s úpravami snímků snažil a bylo patrné, že má větší potenciál k tomu vytvořit něco lepšího.



## Horizont I.

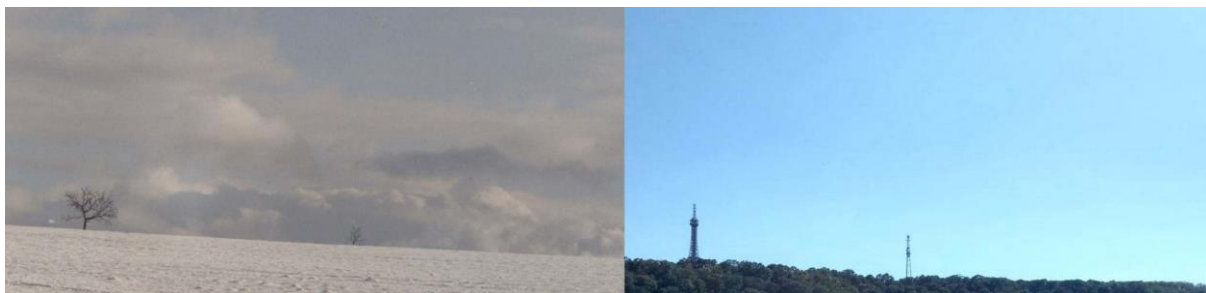


Na dalším setkání představil pan Karel dvě fotografie. Jednu starou, se zasněženou krajinou a další, co vyfotil během procházky Prahou. Tentokrát už tedy začal určitým způsobem přemýšlet o fotografiích co vytvořil dříve, snažit se nacházet paralely přímo během procházek a zaznamenávat snímky nové.

Pan Karel zvolil tyto dvě fotky, protože u něj obě evokovaly podobnou náladu. Pohled na horizont a dálka v něm vyvolaly nostalgii, snění. Rovněž se mu líbila paralela s podobným sklonem horizontu na obou snímcích. Při ukázce byla cítit nejistota a obava z reakce na použití těchto dvou fotografií, následovala nicméně velká radost a úleva z pozitivní zpětné vazby.

O další úpravu fotografií a jejich propojení se v tomto případě pan Karel nepokusil. V hlavě měl představu o vzájemném prolínání, z technického hlediska nicméně nevěděl, jak toto provést. Na tomto setkání tedy proběhlo i doporučení různých programů na úpravu fotografií a stručná ukázka nejjednodušších funkcí, které by pan Karel mohl využít. Bylo patrné, že díky pozitivní zpětné vazbě dostal chuť do práce a zkoušet další věci. Velký pokrok byl nicméně vnímán v tom, že konečně vyšel do terénu pořídit nové fotografie.

## Horizont II.



Tato fotografie je z dalšího setkání. Pan Karel se konečně odvážil pracovat jak s fotografií starou, tak s nově pořízenou a obě nějakým způsobem propojit.

Fotografie jsou stejné jako z minulého setkání, nicméně v tomto případě z nich pan Karel vytvořil fotografii jednu. Snímky spojil s ohledem na sklon horizontu. Obrázek s Petřínem oříznul, aby se horizont napojil na fotografii zasněžené krajiny.

I v tomto případě byla patrná silná nejistota ze zpětné vazby. Pan Karel nebyl zcela přesvědčen o tom, zda vytvořil něco, co se bude divákovi líbit, nebo ne. Na první pohled je ale patrný velký pokrok. Od úprav, které pouze navolil v prohlížeči u fotografií, co ani sám nevyfotil se naučil ovládat, byť elementární funkce programu na úpravu fotografií. Do práce musel vložit mnohem více úsilí a snímky upravovat ručně, ne pouze volit různé efekty.

## Střechy



Během dalšího setkání pan Karel představil dvě fotografie. I v tomto případě propojil dvě fotografie, jednu starou a jednu nově pořízenou. Snímky opět seřadil vedle sebe, podobně, jako u snímku s horizontem. Tentokrát se ale nebál snímky prolnout a vznikl tak výjev, který působí téměř jako jedna fotografie. Není zcela jasně patrné, kde začíná jedna fotografie a kde končí druhá.

Pan Karel při upravování snímku projevil i větší snahu a snažil se vytvářet různé verze, aby snímek vypadal co nejlépe. Problém měl s pruhem uprostřed, kde se obě fotografie prolínají. Nevěděl, jak se ho zbavit a při úpravách barevnosti se jen více zdůrazňoval. Výslednou fotografii, co vybral alespoň chytře oříznul a pruh se tím dostal přímo do středu, čímž vytvořil další zajímavý efekt.

Pan Karel pracoval s více verzemi, zkoušel různé filtry a úpravy barevnosti. Nakonec zvolil jen jednu, která podle něj byla nejlepší. Z jeho popisu bylo vidět, že se velmi snažil. Původní a upravená fotografie nabízí zajímavé srovnání.



## Náměstí



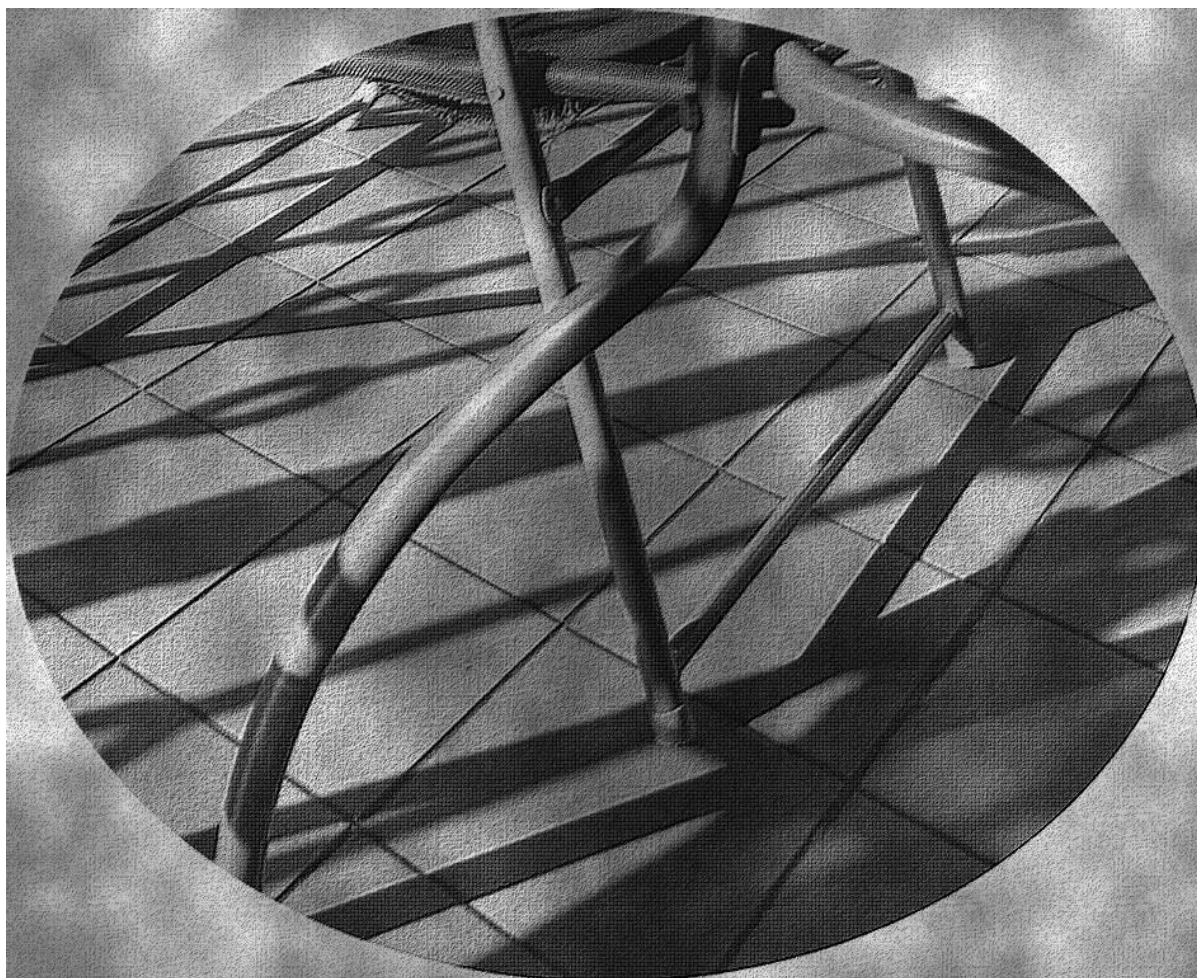
Jako další snímek pan Karel vytvořil obrázek s Hradčanským náměstím. Vrátil se na to samé místo, na jakém pořídil snímek před lety a udělal fotografii novou. V tomto případě prolнул oba snímky dohromady a vytvořil tak jeden. Původní černobílá fotografie se mísí s novou a díky tomu za Pražským hradem vznikla jakási kulisa dalšího hradu.

Podle popisu pana Karla s vytvořením tohoto snímku poměrně zápasil. Nevěděl přesně, jak takového efektu dosáhnout. Musel vynaložit poměrně velké úsilí, než se mu podařilo vytvořit výsledný obrázek, se kterým byl spokojený. I v tomto případě potřeboval ujištění o tom, že odvedl dobrou práci, byl už ale víc sebejistý než na začátku a bylo patrné, že do tvorby snímků také vkládá mnohem více času a námahy.

Dle jeho popisu nepřekryl pouze obě fotografie a nezměnil průhlednost. Poměrně dlouho novou fotografii různě upravoval a měnil velikost, aby pak vytvořila požadovanou kompozici. Výsledný snímek ještě musel oříznout. Oba snímky byly foceny z dost podobného úhlu, proto by se Pražský hrad téměř překrýval a prolnutí by nebylo příliš patrné.

Už jenom ze samotného vyprávění bylo zřejmé, že nad fotografiemi a jejich následnými úpravami mnohem více uvažuje. Snaží se o co nejlepší kompozici, formát a i to, aby byl každý snímek harmonický a vyvážený. Jeho celkový přístup k práci a samotné úpravy jsou velkým pokrokem od pouhého přidání již hotových filtrů, jako tomu bylo na začátku.

## Abstrakce



Před posledním setkání následoval rozhovor o některých fotografech, zejména o těch, kteří začali experimentovat s fotografií v podobě abstrakce. Sám pan Karel totiž zmínil, že by zkusil vytvořit i něco abstraktního, či nějakou koláž. Na základě toho proběhla ukázka několika umělců, jako např. Man Ray, Moholy Nagy atd.

Následující setkání pan Karel představil tuto fotografii, která v sobě na první pohled nenese nic konkrétního. Původní fotografie obsahovala snímek detailu stolu a židlí na balkóně, které vrhaly dlouhé stíny. Pan Karel s fotografií následně pracoval. Změnil barevnost na černobílou, vybral pouze menší výřez z celkového snímku a vytvořil kruhovou kompozici. Dále pracoval i se čtvercovým podkladem, který vlastnoručně upravil pomocí různých nástrojů do výsledné podoby.

#### 4.5 Shrnutí, reflexe

Na začátku procesu bylo stanoveno jako jeden z hlavních cílů návrat pana Karla k jeho starému zájmu, čímž je fotografování. Následně pak samotné focení posunul ještě na další úroveň, když nezůstal jen u pouhého focení, ale se snímky dále pracoval pomocí počítačového programu.

Na začátku procesu se panu Karlovi do fotografování příliš nechtělo. Nechtěl ani použít své staré fotografie a s nimi nadále pracovat. Nepovažoval je za příliš dobré a nevěděl, co si s nimi počít. Svou tvorbu proto začal pouhým stáhnutím obrázku z internetu a využitím elementárních filtrů, které už byly přednastavené v prohlížeči obrázků na jeho počítači.

Zejména z počátku projevoval obavy o vlastní neschopnost a nebyl si jistý, jestli jím vytvořené snímky budou dost dobré a zdali je bude možné využít. Postupně začal používat vlastní staré fotografie a učil se na nich elementárním úpravám. Po několika setkáních došlo k tomu, že konečně vyšel do terénu a pořídil snímky nové s ohledem na ty, co pořídil v minulosti a postupně se dopracoval k jejich vzájemnému propojování. Vrcholem byl experiment s fotografií, který navíc sám inicioval, kdy se pokusil o vytvoření úplné abstrakce.

Ke konci celého procesu se mu dařilo využívat stále nové funkce, které před tím neznal a naučil se pracovat s programem na úpravu fotografií. Ačkoliv se jedná z jeho strany pouze o laické využití, vzhledem k jeho předchozím zkušenostem udělal obrovský pokrok. Sám se také velmi do práce vžil a vždy vytvářel několik verzí a zkoušel různé úpravy, aby byl výsledek co nejlepší. Částečně se mu podařilo zbavit nejistoty a nedůvěry ve vlastní schopnosti, s výsledky byl více spokojený a práce mu dělala radost.

Na konci sám pan Karel projevil velké nadšení ze všech setkání. Ocenil výsledky své tvorby a projevil spokojenost nad tím, že se naučil používat různé nové funkce a způsoby, jak upravovat fotografie.



**Reflexe:** Výsledkem procesu tvorby je série upravovaných autorských fotografií, které vznikaly v průběhu několika týdnů. Během této doby probíhala pravidelná setkání, na kterých byl průběh tvorby reflektován. Ze začátku procesu byla nutnější častější a důslednější motivace, než se pan Karel dostal do fáze, že k tvorbě se uchyloval sám a bez nutnosti pobízení.

Před samotným začátkem tvorby a stanovením úkolu, který spočíval ve fotografování a následné úpravě pan Karel zaujal již předem odmítavý přístup. „Já přece kreslit ani malovat neumím. To se nezlob ale to bych ti moc nepomohl.“ Často následoval i smích při představě, že by opravdu měl něco kreslit.

I po ustanovení fotografického úkolu se nicméně nepřestal vyjadřovat o svých schopnostech spíše negativně. „Já teda nevím, už jsem nefotil hrozně dlouho, to by asi nebylo moc dobrý. Klidně jen něco stáhnul z internetu a upravím to, to bych měl hned. Já nevím, fotit se mi nechce, to by nevypadalo dobře. A starý fotky nevím kde mám.“

Jako první pan Karel opravdu pouze stáhnul obrázek z internetu. Ani při jeho obhajobě ale nepůsobil nijak sebejistě, ač se nejednalo o jeho vlastní fotografii. „Já teda nevím, je to k něčemu? Asi je to blbý, co?“

Musela probíhat častější a důslednější motivace k využívání jeho vlastních fotografií a pořizování nových. Pan Karel často argumentoval tím, že neví, co by s fotkami udělal. „Já to jako můžu nějak upravit, ale nevím jak. Nevím jak bych to měl propojit. To já asi moc neumím. Co bych teda měl fotit? Stejně ty fotky co jsem našel jsou úplně k ničemu, nemůžu najít žádný jiný, tyhle nejsou dobrý.“

Během rozhovorů o možnostech propojování a opakovanému vysvětlování původní myšlenky se pan Karel odhodlal alespoň využívat vlastní fotografie. Bylo poměrně evidentní, že si není jistý, zdali má dostatečné schopnosti udělat něco takového, co se stanovilo na začátku. Uchyloval se proto pouze na jednoduché úpravy starých

Podceňování se

Dlouhá doba od posledního tvoření

Hledání výmluv

Nechuť k práci

Nedůvěra ve vlastní schopnosti

Vymlouvání se

Negativní hodnocení vlastní tvorby

snímků. „*Tak co? Asi blbý, co?*“ Začínal vždy při představování každého nového výtvoru. Pokaždé byla cítit silná nejistota a strach z toho, že vytvořil něco, co podle něj není hezké či dost dobré.

S pomocí se postupně seznamoval s jednoduchými funkcemi programu na upravování fotografií a odhodlal se k tvorbě i pro něj složitějších výtvorů. „*Tady jsem teda napojil ty dvě fotky, ale nevím. Asi je to k ničemu. Líbilo se mi, že ten horizont má stejnej sklon, tak jsem to oříznul a fotky napojil na sebe, aby to pokračovalo celý jako jedna krajina.*“

Byla stále nutná pravidelná motivace. Čím více se ale pan Karel učil s programem, tím více ho práce začala bavit a zkoušel nové a nové postupy. „*Hele tohle jsem udělal jen tak, dobrý ne? Napadlo mě, že bych mohl použít tenhle filtr, aby to vypadalo líp.*“ I když se mu práce ne vždy dařila tak, jak chtěl, věnoval úpravám vždy dost času a postupně budoval pozitivní sebekritiku. „*Tady nevím jak se mám zbavit toho blbýho pruhu. Nevím, jak to mám upravit. Taky je to hrozně přesvětlený ta fotka, tak ještě s tím zkusím něco dalšího udělat.*“

Na sezeních, které probíhaly ke konci procesu, byl pokrok, co se týče výsledků jeho práce velmi znatelný. Přesto stále přetrvávala určitá nejistota. „*Tak co tohle? Zkusil jsem udělat něco zase trochu jinýho. Myslíš, že dobrý? ... Tak to je skvělý, to mám radost. Jen už mi dochází fotky. Budu muset jít nafotit něco dalšího. A hele tohle, to jsem dělal jen tak pro legraci. Nebo tady, jen tak jsem si upravil starou fotku. Podívej.*“

S porovnáním začátku procesu byla patrná mnohem větší chuť do práce a postupně odpadával strach ze zkoušení nových věcí. Pan Karel začal být více otevřený novým podnětům či návrhům a naučil se pracovat s novými funkcemi na počítači. Po pozitivní zpětné vazbě vždy následovala velká radost.

Strach z výsledku

Nedůvěra ve vlastní schopnosti

Větší chuť do práce  
Projevení vlastní iniciativy

Schopnost samostatné reflexe vlastního výtvarného projevu

Potřeba pozitivní zpětné vazby

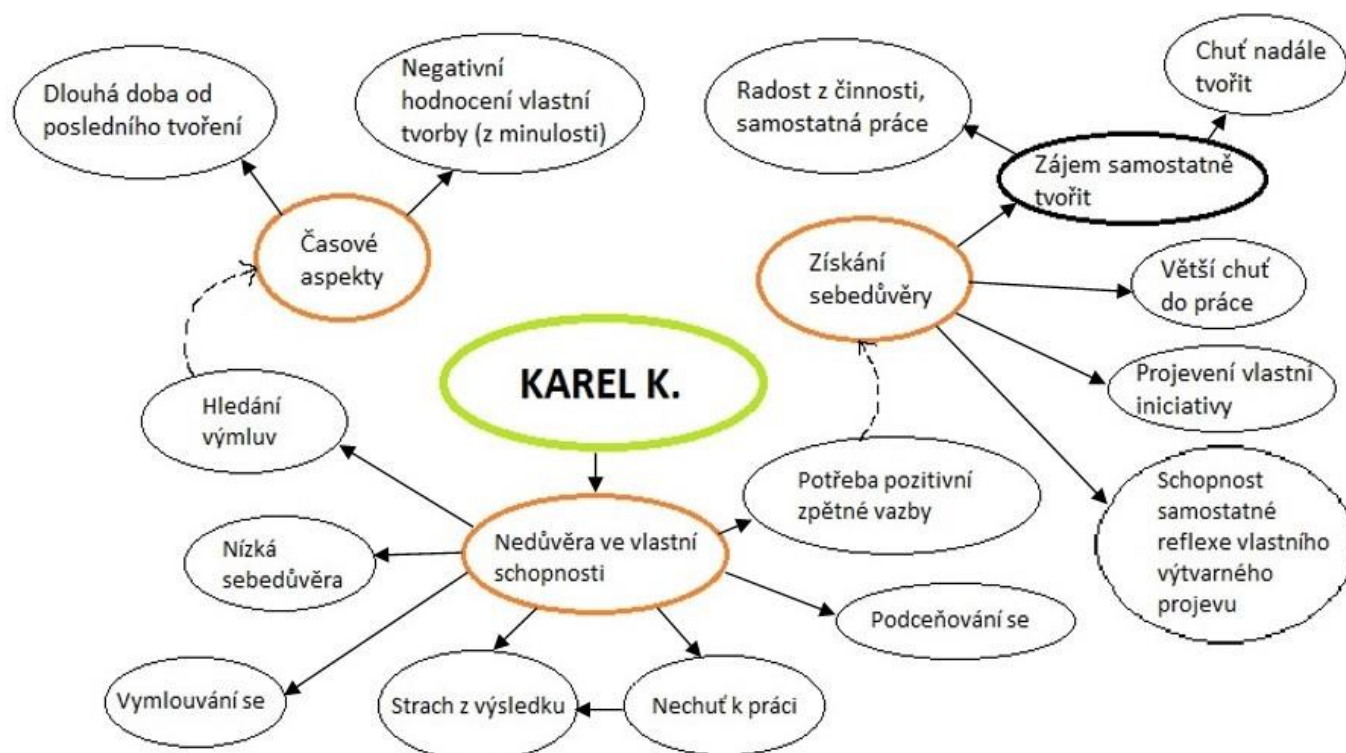
Radost z činnosti, samostatná práce

Během celého procesu bylo nutné určité usměrňování, jelikož pan Karel našel zalíbení v množství filtrů, se kterými ho bavilo pracovat. Bylo vidět, že má ale větší potenciál a nemusí zůstat jen u těchto elementárních úprav, které nestojí příliš energie a tvůrčího myšlení. Pomohla i inspirace v podobě ukázky některých moderních fotografů. Ke konci setkávání dokonce sám pan Karel inicioval: „Dneska bych šel ještě nafotit něco nového, třeba bych mohl zkusit i nějakou abstrakci tam zakomponovat.“

I z tohoto je patrné, že se poměrně podstatně podařilo odbourat strach a nejistotu z vlastního neúspěchu a pan Karel se přestal tolik soustředit na to, že by vytvořil nějaký špatný výsledek. O úpravách fotografií začal více přemýšlet a téměř zcela se odpoutal od používání přednastavených filtrů. Začal uvažovat, jakými dalšími způsoby by snímky šly nakombinovat a práci věnoval více času než ze začátku. Postupně byl schopný dobré sebereflexe, co se týče jeho výtvorů a už se tolik neostýchal předkládat je k ukázce během sezení.

Chuť nadále tvořit

Kategorie	Subkategorie	Kódy
Časové aspekty		Dlouhá doba od posledního tvoření
		Negativní hodnocení vlastní tvorby (z minulosti)
Nedůvěra ve vlastní schopnosti		Hledání výmluv
		Podceňování se
		Nízká sebedůvěra
		Strach z výsledku
		Nechuť k práci
		Vymlouvání se
		Potřeba pozitivní zpětné vazby
Získání sebedůvěry		Větší chuť do práce
		Projevení vlastní iniciativy
		Schopnost samostatné reflexe vlastního výtvarného projevu
	Zájem samostatně tvořit	Radost z činnosti, samostatná práce
		Chuť nadále tvořit



V tabulce výše jsou jednotlivé kódy rozděleny a shrnuty do tří zastupujících kategorií podle podobností a vnitřních souvislostí. Pod tabulkou jsou kódy i s kategoriemi shrnuty do mapy, která názorně ukazuje jednotlivé vztahy a to, jakou mají kódy mezi sebou souvislost. Proces kódování napomohl k zodpovězení otázky *Jaká jsou specifika výtvarné tvorby seniorů*.

Ze samotného pohledu na mapu a tabulku je patrné, že **kódy z kategorie týkající se nedůvěry ve vlastní schopnosti tvoří téměř nadpoloviční část**. Kódy z této kategorie se objevovaly ve větší míře zejména ze začátku procesu, nicméně zcela nevymizely ani ke konci. Jejich četnost však klesla do značné míry.

Jak je naznačeno na myšlenkové mapě, **určitý vliv mají časové aspekty. Podceňování se a hlavně strach vyplýval z toho, že pan Karel se žádné podobné činnosti již po dlouhé roky nevěnoval**. Negativně také hodnotil své staré fotografie. Tak tomu bylo z části i proto, že byla cítit nejistota z reakcí na ně. Lepší tedy pro pana Karla bylo rovnou je negativně ohodnotit, aby divák neměl velká očekávání. **Také pozornost zaměřená na dobrý výsledek byla od začátku velká**. Myšlenky pana Karla často směřovaly k tomu, zda bude výsledek dobře vypadat a bude použitelný, než aby se soustředil na stanovené cíle, které byly diametrálně odlišné. Toto byl další aspekt vedoucí ke strachu a podceňování se.

**Strach a nedůvěra ve vlastní schopnosti vedly k neustálé potřebě pozitivní zpětné vazby.**

Pan Karel často potřeboval i během procesu ujištění a podpoření v tom, co dělá a s výsledkem byl zcela spokojený až tehdy, pokud se mu dostalo pozitivní odezvy. Tato silná potřeba zpětné vazby odezněla až ke konci procesu, kdy získal pan Karel větší sebedůvěru a začal tvořit také sám pro radost. V tomto případě pak rád ukazoval svoje výtvary, a ačkoliv zpětnou vazbu očekával, už nebyla nutná jako hybná síla vedoucí k tvůrčímu procesu. Spíše se chtěl pochlubit výsledky, se kterými byl už sám předem spokojený.

**Motivace, která byla často v podobě zpětné vazby, byla pro celý proces stěžejní. Díky ní se pan Karel postupně odvážil zkoušet nové a nové věci, získal na sebedůvěře a kultivoval svůj výtvarný projev.** Zároveň byl i schopný lepší reflexe vlastních výtvorů. Byl schopen samostatně ohodnotit, co je špatné a proč a jak to změnit. S postupným zlepšováním a učením se s programem získával větší chuť k práci. Prvotní odpor, který plynul z obav o vlastní dovednosti se rozplynul a pan Karel se chopil iniciativy. Bylo patrné, že

z činnosti měl radost a věnoval se jí i nad rámec „povinností“, které plynuly z účasti na výzkumné sondě.

Shrne-li se celá interpretace myšlenkové mapy, lze říci, že **mezi specifika výtvarného projevu pana Karla patří poměrně silná nedůvěra ve vlastní schopnosti**, s čímž souviselo i časté podceňování se. **Nízká sebedůvěra z části závisela na časových aspektech, do nichž spadá dlouhá doba nečinnosti. Strach také pramenil z fixace na vytvoření uspokojujivého výsledku.** Pozornost především na začátku byla směřována na výsledek, nikoliv na proces a benefity z tvorby.

**S tímto souviselo další specifikum, a tím byla stálá potřeba pozitivní zpětné vazby a časté motivace.** Potřeba motivace postupně odpadávala a nebyla již tak důležitou. Pozitivní zpětnou vazbu pan Karel ale očekával stále a ani na konci procesu si nebyl zcela jist, zdali je výsledek opravdu tak dobrý. **Díky zpětné vazbě nicméně dosáhnul překvapivých výsledků a udělal pokrok jak v samotném experimentu s fotografováním, tak především s následnými úpravami.**

## 5. ZAKONZERVOVÁNO V ČASE – autorská tvorba

Celou empirickou část uzavírá krátká animace. Animace nenásilně vtahuje diváka do bytů jednotlivých aktérů výzkumné sondy a předkládá intimní a nevtrivní pohled přímo do jejich prostředí. Celá animace se skládá ze tří krátkých částí, z nichž každá představuje jednotlivého seniora. Video je navíc podkresleno zvukovými nahrávkami pořízenými rovněž přímo v bytech představovaných osobností.

Animace vznikla na základě snímků a krátkých videí, které byly následně dále upravovány pomocí programu na úpravu fotografií. Na snímcích jsou zachyceny jednotlivé předměty či větší záběry celých místností, které se vzájemně prolínají, mizí a zase se objevují. Některé snímky zůstávají čistě statické, zatímco jiné se neustále mění a evokují plynutí v čase v jakémsi zrychleném módu. Statičnost je tak v kontrastu s pohybem. Díky nehybným snímkům si divák může uvědomit určitou zakonzervovanost v čase, kterou lze v bytech některých starých lidí spatřit. Předměty nastřádané během života, vzpomínky, rodinné dědictví, věci, které možná jejich rodinu provázejí už po generaci a které utváří obrázek o životě každého člověka jedinečným způsobem. Statičnost také může navodit pocit klidu, kterým někteří senioři a jejich prostředí působí.

Snímky vytvářející zdánlivý pohyb však toto do určité míry narušují. I když některé věci zůstávají neměnné, čas stále plyne, ubíhá den za dnem a s ním probíhá i přirozený proces stárnutí. Sled snímků může evokovat také prchavost některých momentů v životě. Animace má být velmi autentická, intimní a s nenápadností představující různá prostředí. Cílem bylo co nejlépe zachytit jednotlivé osobnosti včetně rozlišení mužského a ženského elementu.

Animaci doplňují také krátká videa, která záměrně působí amatérským dojmem. Video nebyla natáčena pomocí kamery na stativu, ale pouze rukou. Rozechvělost videí je dalším kontrastem ke statičnosti některých snímků a zároveň může evokovat staré videonahrávky z rodinných archivů. Nabízí tak další a jiný úhel pohledu do bytů seniorů.

Statické snímky, animace z nich a video utvářejí jednotný celek. Celý dojem je dovršen autentickými nahrávkami. Každá část obsahuje nahrávku jinou, pořízenou přímo na místě, kde vznikly i snímky. Zvukový doprovod byl rovněž vybrán s ohledem co nejlépe přiblížit prostředí a osobu jednotlivých seniorů, ať už jde o tikot hodin nebo dramatický zvuk projíždějící

tramvaje. Divák může například také slyšet hudbu z rádia či zpěv ptáků. Slyšet je možné také zastřený hluk z ulice.

Audio stopa jednak ještě více evokuje různou náladu a pocity z jednotlivých částí animace a za druhé ještě více podtrhuje jednotlivá prostředí a různé způsoby života každého z participantů výzkumné sondy.



## Květa



Záznam z domku paní Květy zahajuje celou animaci. Její část začíná krátkým videem, na němž je natočen pohled skrz okno do zahrady. V pozadí je slyšet zpěv ptáků a lehké poryvy větru. Tento úvod navozuje klid a přibližuje mimopražské prostředí.

Dům paní Květy se nachází velmi blízko přírodě a mnohdy není slyšet žádný zvuk lidské civilizace. Ačkoliv zde již paní Květa v současnosti pobývá pouze příležitostně, prostředí je s ní neodmyslitelně spjato, jelikož ho utvářela a prožila v něm velkou část života.

Další část se skládá z animace. Ta v rychlém sledu zavede diváka do kuchyně, kde paní Květa trávila hodně času. Je výborná kuchařka a vždy jí hodně záleželo na tom, aby pro rodinu a přátele připravovala dobrá jídla. Vaření a pečení se věnovala i v pozdním věku, dokud byla ještě schopná samostatného pohybu bez pomoci druhých.

Snímky se skládají z pohledu z kuchyňského okna, záběru na staré kořenky či starou fotografii tety paní Květy. Zvláštní detail je věnován i uschlému kvítí ve vázičce na okně. Květina může představovat jakousi paralelu stárí.

V pozadí je během animace slyšet tikot hodin a vzdálený zvuk rádia z obývacího pokoje. Oba tyto zvuky jsou velmi typické pro dům, kde paní Květa žila. Nehlučný pohyb hodinových ručiček vždy zdánlivě zesílil v tichu, které v okolní přírodě panovalo. Někdy byl však přehlušen písničkami z rádia, které paní Květa často a ráda poslouchala při vaření.

## Karel



Druhá část animace je z pražského bytu pana Karla. Zahrnuje v sobě pohledy do dvou místností, kde pan Karel tráví nejvíce času. Obývací pokoj a ložnice. I v tomto případě, jako u předchozí animace, začíná video pohledem z okna. Fotografie okna a závěsů se vzájemně prolínají, vytvářejí pohyb a tím iluzi plynutí času.

Další část diváka zavede do ložnice, kde má pan Karel na zdech staré tapety. Prolínají se záběry na ně spolu s pohledem na obrázek s krajinou a knihami, postupně se do záběru vmísí i pohled na staré hodiny a obraz s detailem Ježíšovi tváře. Tento pohled nakonec dominuje.

Celou animaci provázejí zvuky z ulice. Byt pana Karla se nachází v centru Prahy a část oken je situovaná do rušné hlavní třídy, kudy neustále projíždějí auta, tramvaje i autobusy. V jedné části animace je záběr zúžen trhavými skoky pouze na ucho na portrétu Ježíše. Tím je vyjádřen okolní ruch jako silný rušivý element, který není možné v bytě ignorovat. Během setkání s panem Karlem se staly zvuky z ulice neodmyslitelnou kulisou, mnohdy natolik rušivou, že bylo nutné přesunout se do jiné místnosti.

Také proto navazuje tato část animace na část o poznání klidnější. Hluk ulice a projíždějící tramvaje se postupně ztiší a divákovi se přestře klidný pohled na akvárium. Plynulý pohyb rybiček se prolíná se zastřeným odrazem bytu. Délka videa dává divákovi dostatečný prostor na postupné zklidnění a částečné odpoutání se od rušivých zvuků z předchozí části, které jsou v tomto záběru slyšet jen minimálně

## Helena



Video uzavírá animace z bytu paní Heleny. Ta se skládá z klidných a dlouhých záběrů na obyčejné předměty, jako jsou hodiny, porcelánová soška či ručníky v koupelně. Pohled z okna je v tomto případě zařazený až na úplném konci a uzavírá tak celé video.

Během této animace divák může slyšet pouze tikot hodin. Byt paní Heleny je v klidné části Prahy a patří k němu velká zahrada, kde se může paní věnovat péči o květiny. Tikot hodin se stal nejcharakterističtější zvukem, který nejlépe vystihuje atmosféru, když se vstoupí k ní do bytu. Klidné prostředí, žádný hluk z ulice, pouze v pozadí občasný zpěv ptáků. Tikot hodin a dlouhé záběry vystihují poklid, která na místě panuje.

Animace začíná právě nehybným a dlouhým záběrem na hodiny. Ručičky se nehýbou, jako by se čas zastavil. Plynutí času evokuje pouze neúnavný tikot hodin. Záběr na ně se postupně prolne se záběrem z další místnosti.

Další část animace diváka zavede do koupelny. Záběr se postupně zúží na detail ručníků, které nehybně visí zavěšeny na keramických háčcích. I v tomto případě se čas zdánlivě zastavil. Tikot hodin ho ale stále připomíná.

V předposlední části je záběr z obývacího pokoje na malé zátiší, které lze spatřit na starém klavíru. Keramická soška ptáčka na háčkovaném ubrousku, uschlé květiny a staré stolní hodiny. Z dlouhého záběru následuje několik skoků v rytmu tikotu hodinových ručiček a záběr se zužuje právě na malé hodiny.

Poslední část animace uzavírá dlouhý pohled z okna do zahrady, kde se prolíná více záběrů, které evokují plynutí dne.

## 6. VÝSLEDKY

Následující část ve stručnosti shrnuje celkové výsledky z výzkumné sondy doplněné o autorskou tvorbu, která je formou animace. Kapitola představuje srovnání všech tří případových studií a jednotlivých interpretačních zpráv, ve kterých byla snaha odpovědět na otázku *Jaká jsou specifika výtvarné tvorby seniorů*.

Předchozí kapitola obsahovala anamnézu každého ze seniorů a detailní popis jejich vlastní tvorby, která vznikala v průběhu několika týdnů či dokonce měsíců a byla průběžně zaznamenávána. Následující řádky představují shrnutí interpretačních zpráv a schémat, které vznikly na základě kvalitativní analýzy za využití otevřeného kódování. Ačkoliv se tvorba každého z participantů zdá zcela unikátní, při bližším rozboru se u všech tří zúčastněných daly nalézt určité podobnosti, které se dají označit za specifika výtvarné tvorby.

Už od začátku celá práce směřovala k lepšímu prozkoumání a pochopení seniorské populace, pohledu společnosti na ni a jejich edukaci. Užší pozornost pak byla zaměřena na edukaci výtvarnou a na potenciál, který pro tuto věkovou kategorii má. Poznatky posloužily k následné práci přímo s konkrétními osobami v rámci výzkumné sondy. Ta si kladla za cíl zodpovědět výše zmíněnou otázku a završit tak celou diplomovou práci. Sonda v sobě prolínala inspirací ze světa umění a autorskou tvorbu, která ještě více posloužila k lepšímu přiblížení jednotlivých seniorů.

**Mezi shodná specifika u všech tří seniorů patří na prvním místě velká míra nedůvěry ve vlastní schopnosti.** Tato kategorie se objevila u všech tří seniorů ještě před začátkem vlastní tvorby, a to poměrně podstatně oproti kategoriím jiným. Výmluvy, nechut k tvorbě, podceňování se. Tyto aspekty byly nezanedbatelné.

V této části je nutno zmínit, že výše zmíněné aspekty dokonce ovlivnily účast jiných seniorů ve výzkumné sondě. Na začátku procesu jich bylo dotazovaných více, ale většina z nich odmítla už samotnou účast právě z těchto důvodů, aniž by zkusili cokoliv vytvořit. Představa o vlastní neschopnosti a strach z toho, že by ztrapnili vlastní osobu byly někdy natolik silné, že případní participanté striktně odmítali.

**Ve větší či menší míře se na výše zmíněném specifiku podílelo další, které je zahrnuto pod kategorii časových aspektů.** U všech tří seniorů se i v tomto případě minimálně jednou vyskytla výmluva, že nic nezvládnou, protože už je to velmi dlouhá doba, co se něčemu z oblasti výtvarné tvorby věnovali. Vždy byla cítit nejistota plynoucí z toho, že by museli dělat

něco, v čem nemají dostatečnou praxi a že výsledek by byl špatný. **S tím souvisela i fixace na hezký výtvor**, i když pojem „hezký“ je vysoce diskutabilní a silně individualizovaný. Zejména u paní Květy a paní Heleny byla tato fixace poměrně silná a zaznívaly soudy o ošklivých obrázcích. Dá se předpokládat, že tento stereotyp mohl vzniknout ve školních letech. V době, kdy se generace dnešních seniorů vzdělávala, byl kladen důraz spíše na výsledek, nežli na proces a charakter výtvarné tvorby byl více řemeslný, než že by se experimentovalo s různými technikami.

**Dalším specifikem, které se ve velké míře u všech projevilo, byla silná potřeba pozitivní zpětné vazby a nutnost stálé motivace.** Bez motivace a pozitivních hodnocení by pravděpodobně ani jeden z účastníků nedosáhnul podobných výsledků. Potřeba motivace se projevovala především ze začátku procesu a postupně slábla, zcela ale nikdy nevymizela, stejně jako potřeba odezvy, která pro ně byla stejně stále důležitá. **Díky pozitivní zpětné vazbě nabývali senioři postupně na sebevědomí**, přestali se tolik obávat ze svých výsledných prací a více se uvolnili. Postupně byli schopni více si tvoření užívat a chápat ho jako něco, co může být prospěšné, či alespoň zábavné. **Díky motivaci dokázali svůj výtvarný projev postupně kultivovat a překonávat své hranice.** Všichni tři ke konci došli k výsledkům, ze kterých byli sami překvapení.

Další specifika výtvarné tvorby pak měly charakter více individuální a nejsou zde proto příliš zmíněny, jelikož by se vyskytovaly u každého seniora jinak a v jiné míře. Jedná se o specifika vyplývající zejména ze zdravotního stavu, který může do značné míry tvorbu a její výsledky ovlivnit. Jsou zde tedy uvedeny pouze ty, které se shodně vyskytovaly u všech tří participantů z výzkumné sondy a dá se předpokládat možnost jejich výskytu také u dalších seniorů.

Specifika se dají shrnout takto:

- Nedůvěra ve vlastní schopnosti
- Dlouhá nečinnost v oblasti výtvarné tvorby
- Fixace na dobrý výsledek
- Nutnost průběžné motivace
- Potřeba pozitivní zpětné vazby a zní postupné získávání na sebedůvěře a uvolnění výtvarného projevu

Jak tedy s tímto naložit a co z uvedených specifík vyplývá? V tomto bodě je nutné navrátit se na začátek diplomové práce a poznatkům shrnutých v teoretické části. Už zde z informací vyplývalo, že výtvarná tvorba může určitě mít pro seniorskou populaci velký potenciál. První část práce nastínila výhody plynoucí z výtvarné edukace a výtvarných činností. Mezi ně patří například možnost seberealizace, rozvoje vlastní osobnosti, zvýšení autonomie. Nutno zmínit i komunikační funkci výtvarného umění a tvorby, či funkci kultivační. Pro seniory může být tvoření rehabilitační, relaxační, terapeutické atd. Pozornost je nadále věnována i přístupům k edukaci seniorů a ke specifickým vzdělávání, které tento věk obnáší.

Ve spojení se znalostmi konkrétních specifík přímo jejich výtvarné tvorby pak může být usnadněna další práce v rámci výtvarné edukace. Díky zohlednění poznatků z teoretické části a výsledkům výzkumné sondy lze k výtvarným činnostem a seniorům přistupovat lépe a nenechat se odradit případným prvotním nezájmem ze strany starých lidí.

Z poznatků z teoretické části vyplynula nutnost individuálního přístupu, vlídnosti, ale zároveň i důstojnosti v přístupu lektora ke starším generacím a neuchylování se k *elderspeak*. Rovněž byla zdůrazněná motivace, která se v druhé části práce ukázala jako velmi podstatná. S příklonem ke specifickým výtvarného projevu lze pak předem počítat s různými úskalími, které mohou nastat a být na ně lépe připraven.

Díky trpělivosti, pozitivnímu hodnocení již samého průběhu tvorby a pravidelného pobízení do dalších činností mohou senioři dosahovat skvělých výsledků. Místo toho, aby za ně lektor udělal většinu práce a senioři pak jen například nalepili předem vystřižnuté obrazce na papír, lze hledat jiné alternativy. Vždyť i jiné činnosti mohou procvičovat motoriku a zároveň mít větší smysl, prohlubovat tvůrčí schopnosti a posloužit seniorům jako příjemná výplň volného času. Zejména u paní Květy a Heleny se relaxační podoba práce ve spojení s reminiscencí ukázala jako velmi vhodná. Zapojovat ukázky ze světa umění je jistě také příhodné a i v omezeném časovém úseku jim lektor jistě může věnovat alespoň trochu prostoru. V případě pana Karla inspirace a motivace pomocí ukázky uměleckých děl fungovala výborně.

Vhodné je také vybírat témata, kde stěžejní bude už samotný proces a důraz nebude kladen tolik na výsledek. Senioři se tak postupně budou moci odpoutat od tlaku, který mohou v sobě pociťovat a tvorbu si více užít. Nutné je zmínit, že musí pochopitelně v činnosti nalézat smysl.

Ten ale může být jiný než jen následné vystavení pěkného obrázku na nástěнку, jako je to praxí v některých zařízeních pro seniory.

Citlivý, individuální přístup spolu s informacemi obsaženými v této práci mohou tedy usnadnit a napomoci procesu výtvarné edukace seniorů a rovněž přispět k využití potenciálu, který pro ně výtvarná tvorba nabízí.

## ZÁVĚR

V diplomové práci byly nastíněny obecné charakteristiky seniorské populace. Ve stručnosti byl charakterizován pojem senior a představen současný stav edukace seniorů. Všechny kapitoly v teoretické části směřovaly k propojení s výtvarnou výchovou, výtvarnou tvorbou a světem umění. Práci završila výzkumná sonda obsahující tři případové studie, které byly nadále zpracovány pomocí otevřeného kódování. Výzkumná sonda byla na závěr doplněna vlastní tvorbou, která spočívala ve vytvoření animace, která blíže specifikovala jednotlivá prostředí a osobnost seniorů, kteří se jí účastnili.

Téma seniorů jako takových a zejména pak v propojení s výtvarnou výchovou a tvorbou se jevila jako nedostatečně probádaná oblast, které se nevěnuje tolik pozornosti. V průběhu vypracovávání teoretické části se ukázalo, že na poli edukace seniorů, co se týče umění a především pak jejich vlastní tvorby, je práce s nimi nedostatečná. Otázkou samozřejmě zůstává, zdali by vůbec senioři o rozšíření nabídky v této oblasti projevovali zájem.

Ačkoliv je zřejmé, že výtvarná tvorba má pro seniory veliký potenciál, bylo by patrně nutné jiného přístupu než doposud. Výtvarné dílny pro seniory se ukázaly svým zaměřením ve většině případů značně omezené a monotónní, navíc bez příklonu ke světu umění. Nutné by ale patrně bylo také užší zaměření se na jiný druh spolupráce se seniory a na důslednější motivaci, než na pouhé rozšíření a zkvalitnění nabídky.

Cílem výzkumné sondy bylo nalézt specifika výtvarné tvorby seniorů, pro lepší pochopení toho, jak by měl lektor k této věkové kategorii přistupovat. Ze shrnutí výsledků vyplynulo pět hlavních specifik, mezi nimiž je zmíněná i důležitost motivace a zpětné vazby. Dalším specifikem byla nedůvěra ve vlastní schopnosti, která s tímto souvisí a také strach z nedostatku zkušeností vyplývající z dlouhé nečinnosti. Při odbourání těchto obav jsou pak ale senioři schopni dosahovat skvělých výsledků.

V závěru je nicméně nutno zdůraznit, že celá problematika je jistě širší a vyžadovala by delší a hlubší spolupráci, a to i s více seniory. Diplomová práce byla omezena na tři případové studie, které se snažily kromě postihnoutí specifik výtvarného projevu také o detailní vykreslení každého z participantů. Nejednalo se o kvantitativní výzkum, jehož výsledky by byly poplatné z hlediska větší populace. Výzkumná sonda v této práci byla jakýmsi předstupněm toho, co by mohlo být předmětem dalšího a většího bádání.



Podstatným faktem také zůstává určitá míra subjektivního přístupu ve výzkumné sondě, která by se lišila s osobou každého, kdo by ji dělal. Subjektivitě se ale nejde zcela vyhnout, zejména ne v práci se starými lidmi. Vždyť nutnost určité míry subjektivity a individuality provázela celou diplomovou práci. Otázky, jak může lektor ovlivnit průběh a výsledky spolupráce, či jaký vliv má osoba samotného seniora zůstávají předmětem dalšího zkoumání.

Diplomová práce se pokusila uchopit široké pole zahrnující seniory, charakteristiky této věkové skupiny včetně přístupu společnosti k ní a specifika jejich vzdělávání. Ve výzkumné sondě se pokusila objevit rovněž i specifika jejich výtvarného projevu. Ve stručnosti taktéž shrnuje výhody, jaké mohou plynout z výtvarné činnosti a vyzdvihuje terapeutické aspekty výtvarné výchovy.

S pomocí těchto informací a výsledků vyplývajících z výzkumné sondy je možné změnit přístup k seniorské populaci jako takové a samozřejmě pak také přístup k jejich výtvarné edukaci. Některé zdařilé ukázky projektů i výsledky sondy dokazují, že senioři a jejich výtvarná tvorba mají velký potenciál a není třeba se obávat neschopnosti této věkové kategorie. Díky individuálnímu přístupu lze vymýšlet rozličné úkoly pro rozvoj různých oblastí a nemusí se zůstávat pouze u tak všeobecně oblíbených rukodělných činností. Výtvarná tvorba pak může mít aspekt i terapeutický, reminiscenční, může rozvíjet tvořivost a imaginaci a nemusí se omezit jen na jednoduché procvičování motoriky. S vhodně využitou motivací a citlivým přístupem můžou senioři dosahovat i pro ně nečekaných výsledků a lze jim nabídnout vhodnou alternativu pro kvalitní výplň volného času.

## Seznam použitých zdrojů

### Literatura:

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. Ilustroval Karel NEPRAŠ. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.

HAZUKOVÁ, Helena a Pavel ŠAMŠULA. *Didaktika výtvarné výchovy I*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2005. ISBN 80-7290-237-7.

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum*. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. 80-551-0904-4.

HOPF, Arnulf. *Sociální pedagogika pro učitele: pomoc pro každý všední den ve škole*. Praha: Univerzita Karlova, 2001, 181 s. ISBN 80-729-0053-6.

HRABĚ, Jiří, Magdalena MÜLLEROVÁ a Veronika EISENSTEINOVÁ. *Senioři a kultura: příklady zapojení starší generace do kulturních projektů*. Praha: Česká kancelář programu Kultura nákladem Institutu umění - Divadelního ústavu, 2012. ISBN 978-80-7008-291-1.

JANEČKOVÁ, Hana a Marie VACKOVÁ. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5535-9.

KITZBERGEROVÁ, Leonora. *Didaktika výtvarné výchovy* [online]. Praha, 2014 [cit. 2019-05-08]. ISBN 978-80-7290-667-3. Dostupné z: [https://uprps.pedf.cuni.cz/UPRPS-353-version1-didaktika\\_vytvarne\\_vychovy.pdf](https://uprps.pedf.cuni.cz/UPRPS-353-version1-didaktika_vytvarne_vychovy.pdf)

KLEVETOVÁ, Dana. *Motivační prvky při práci se seniory*. 2., přepracované vydání. Praha: Grada Publishing, 2017. Sestra (Grada). ISBN 978-80-271-0102-3.

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014, 215 s. ISBN 978-80-262-0643-9.

LANDISCHOVÁ, Erika. *Teorie a praxe arteterapie: taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2007, 122 s. ISBN 978-80-7290-297-2.

MORSE, J. M., FIELD, P. A. *Qualitative Research Methods for Health Professionals*. 2nd ed. London: Sage Publications, 1995.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, 203 s. ISBN 978-80-210-5029-7.

ONDRÁKOVÁ, Jana. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012, 168 s. ISBN 978-80-7465-038-3.

PETŘKOVÁ, Anna a Rozália ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů : studijní texty pro distanční studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2004. ISBN 80-244-0879-1.

PRŮCHA, Jan.; WALTEROVÁ, Eliška.; MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník*. Praha : Portál, 2001. 3. rozšířené a aktualizované vydání. 322 s. ISBN 80-7178-579-2.

SEMRÁD, Jiří, Iva JURÁČKOVÁ a Václav ŠÍMA. *Průvodce sociální pedagogikou v kontextu pedagogických věd*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007, 121 s. ISBN 978-80-7041-897-0.

SLAVÍK, Jan. *Od výrazu k dialogu ve výchově: artefiletika*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997, 199 s. ISBN 80-718-4437-3.

SLAVÍK, Jan. *Umění zážitku, zážitek umění: teorie a praxe artefiletiky*. Praha: Univerzita Karlova, 2001, 281 s. ISBN 80-729-0066-8.

ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 207 s. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008, 167 s., viii s. barev. obr. příl. ISBN 978-80-7367-408-3.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Vydání 1. Praha: Grada, 2015, 232 stran. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5446-8.

ŠVAŘÍČEK, ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. ISBN 978-80-7367-313-0

UHL SKŘIVANOVÁ, V. *Mezigenerační porozumění ve výtvarné pedagogice pro seniory*. In *Veřejnost a kouzlo vizuality*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. s. 285-290. ISBN: 978-80-210-4722-8

ZÍCHA, Z. *Úvod do speciální výtvarné výchovy : Skriptum pro posluchače Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy*. 1.vyd. Praha : Univerzita Karlova, 1981.

## **Elektronické zdroje**

Artefiletika: Česká arteterapeutická asociace. <https://www.arteterapie.cz> [online]. Praha, 2012 [cit. 2019-05-08]. Dostupné z: <https://www.arteterapie.cz/arteterapie>

Artefiletika. <http://artefiletika.kvk.zcu.cz> [online]. Praha, 2012 [cit. 2019-05-08]. Dostupné z: <http://artefiletika.kvk.zcu.cz/clanky/8-teorie-artefiletiky/121-artefiletika-reflektivni-tvorive-a-zazitkove-pojeti-vychovy-umenim>

Český statistický úřad. [www.czso.cz](http://www.czso.cz) [online]. 2014 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/6b004993a4>

Eurostat: statistic explained. [www.ec.europa.eu](http://www.ec.europa.eu) [online]. 2018 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics->

explained/index.php?title=Population\_structure\_and\_ageing/cs#V.C4.9Bkov.C3.BD\_medi.C3.A1n\_je\_nejvy.C5.A1.C5.A1.C3.AD\_v\_N.C4.9Bmecku\_a\_lt.C3.A1lii

HAZUKOVÁ, Helena. *Nová pojetí výtvarné výchovy, plán a výtvarné projekty* [online]. 2006 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/k/p/629/NOVA-POJETI-VYTVARNE-VYCHOVYPLAN-A-VYTVARNE-PROJEKTY.html/>

PASTOROVÁ, Markéta. *Nová pojetí výtvarné výchovy, plán a výtvarné projekty* [online]. 2004 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/z/43/pojeti-vytvarne-vychovy-v-ramci-vzdelavaci-oblasti-umeni-a-kultura.html/>

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ-SAKOVÁ. *Názory a postoje české populace k seniorům* [online]. 2008 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: [http://blisty.cz/files/2009/07/24/4\\_kvantitativni\\_vyzkum\\_populace\\_fin\\_2008.pdf](http://blisty.cz/files/2009/07/24/4_kvantitativni_vyzkum_populace_fin_2008.pdf)

*Slovník-cizích-slov.abz.cz* [online]. [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/reminiscence>

<http://www.spektrumzdravi.cz> [online]. [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <http://www.spektrumzdravi.cz/rozvoj-osobnosti/reminiscencni-terapie-ma-za-cil-vyvolat-prijemne-vzpominky-u-senioru>

<http://mladiduchem.cz> [online]. [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <http://mladiduchem.cz/cs/aktivity-obyvatel>

<http://www.katerinaseda.cz/> [online]. 2005 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <http://www.katerinaseda.cz/>

<http://www.ped.muni.cz> [online]. 2013 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <http://www.ped.muni.cz/kvv/svv/cz/domov-pro-seniory/tvurci-dilny>

[www.alzheimercentrum.cz](http://www.alzheimercentrum.cz) [online]. [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://www.alzheimercentrum.cz/poskytovana-pece/reminiscencni-terapie/>

[Wesswarmdaddyanderson.com](http://www.wesswarmdaddyanderson.com) [online]. [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <http://www.wesswarmdaddyanderson.com/simple-crafts-for-seniors/craft-i-did-with-residents-at-the-nursing-home-i-work-at-very-easy>

[www.artlist.cz](http://www.artlist.cz) [online]. [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://www.artlist.cz/dila/5383/>

[www.lgp.cz](http://www.lgp.cz) [online]. 2013 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <https://www.lgp.cz/cz/fotografove/michaela-pospisilova-kralova.html>

[www.rvp.cz](http://www.rvp.cz): *metodický portál* [online]. [cit. 2019-05-08]. Dostupné z: <https://rvp.cz/informace/dokumenty-rvp/rvp-zv>